Nori, soare

Apel la omenie

Este greu să poți convinge pe cei care nu m-au cunoscut în urmă cu un an şi să le demonstrez că în urma unui regim alimentar poți avea rezultate atât de miraculoase... Necazurile mele au început din septembrie 1982, când m-am prezentat la un medic internist acuzând dureri ale splinei. Consultată, mi se recomandă repaos şi administrarea unui tratament medicamentos. Dar, totodată, îmi este sesizat un nev pe brațul drept care intrase în agitație şi în juru-i se formase un labou. Sunt sfătuită să consult de urgență un specialist dermatolog. O fac fără întârziere şi de aici încep necazurile, suferințele, deznădejdea. Mă prezint la primul medic dermatolog recomandat şi aceasta, după o examinare îndelungată, este de părere să mă adresez prof. dr. Alexandru Dimitrescu de la Spitalul nr. 10 de Dermatologie. În dimineața imediat următoare reuşesc să fiu examinată şi sunt liniştită că nu se pune problema unui neoplasm, iar în următoarele 10 minute sunt operată. Se face citodiagnosticul şi sunt asigurată că a fost un angiom puternic vascularizat.

Cu multă seriozitate, timp de 10 zile merg la pansat şi ca urmare a rezultatului biopsiei sunt supusă unei alte intervenții, cu extirparea unui nev din vecinătatea celui operat şi a țesutului primei operații.

Sunt asigurată că cele 16 lame făcute în laboratorul de anatomie patologică au ieşit perfecte şi sunt în afara oricărui pericol. În tot acest timp am făcut mai multe analize, acestea fiind de fiecare dată bune. Am făcut şi testele imunologice ca şi imunologia indicată.

Dar cu două luni mai târziu îmi apare un nodul la baza celei de a doua operații. Sunt sfătuită să-l operez. Se fac biopsiile necesare şi fac în continuare imunologia şi o serie de alte investigații pe care, pentru moment, le consider necesare. Astfel, fac termografie la dr. Mogoş, Spitalul de Oncologie şi la dr. Anton Maria de la Spitalul Militar Central, depistându-mi-se alți doi noduli - zone reci - fiind

îndrumată să-i operez fără întârziere. Fac tomografie la dr. Şerban Georgescu de la Spitalul Fundeni şi se pune în evidență nodului cu densitate de țesut fibros, iar în spațiul de clivaj dintre grupul flexorilor şi extensorilor palmari, mici imagini nodulare cu caracter de adenopatie.

Revin la Spitalul nr. 10 şi mi se recomandă să operez cel de-al patrulea şi al cincilea nodul apărut pentru a nu degenera. Sunt operată şi încep din nou biopsii, analize, imunologie. În toată această perioadă ajunsesem la disperare, consultam toți dermatologii care îmi erau recomandați şi mă supuneam oricărei analize care îmi era indicată.

Ajunsesem să transmit această stare de disperare întregii mele familii, prietenilor şi colegilor de serviciu care mă încurajau, dar este greu de explicat ce simte cel în cauză, într-o astfel de situație şi dacă consolările au vreun efect. Luni şi luni pline de nelinişte, de agitație fără nici un rezultat, de frământări fără soluție. Întreg sistemul nervos era într-o surescitare excesivă, încât prinsesem teamă de a mai adormi. Plângeam zi şi noapte şi ajunsesem la o sensibilitate jenantă, încât totul era într-o beznă şi fără rezolvare. În noaptea de 9 noiembrie 1983 fac o erupție pe care nu o mai pot linişti în nici un fel. Sunt la un pas de sinucidere, considerând că am făcut un cancer dermic, fără nici o şansă.

În dimineața zilei de 12 noiembrie 1983, constat în jurul operației apariția altor 4 noduli. Ce mai puteam face? Mă supusesem la 5 intervenții chirurgicale, la o imunologie strictă, plină de tot felul de suferințe, căci vaccinul BCG administrat dădea reacții serioase. Am făcut în decursul acestui an toate investigațiile recomandate şi nerecomandate, în dorința de a mă linişti sau de a găsi o cale de rezolvare. ZADARNIC!

Dar în cursul aceleiaşi zile, de 12 noiembriel983, am şansa de a-l cunoaşte pe ing. Popa Valeriu, în urma apariției articolului din revista Flacăra. Primul contact cu acest om m-a şocat. Am rămas uimita căci, schițând gestul de a mă supune unei consultații însoțite de explicații privitoare la evoluția bolii, cu justificarea

numeroaselor mele analize, teste şi buletine, domnia sa nu îmi permite să spun ce am, ce am făcut. Mi se face " acel consult " (care acum, după 11 luni de la aşa-zisul tratament, căci nu apelez la nici un medicament, totul se bazează pe o alimentație echilibrată, pe mişcare în aer liber, pe autocunoaştere) şi cu multă competență mi se spune, spre mirarea mea şi a celor din jur, cauza bolii şi totodată precizează că aceşti noduli apăruți şi operați sunt numai efectul.

Aveam o constipație de 10-12 ani, netratată cu seriozitate, care a determinat acumularea acestui depozit de toxine în organism şi care îşi găsea descărcarea prin apariția acestor noduli. Apelând la chirurgie nu făceam altceva decât să înlătur de fiecare dată efectul, fără să suprim cauza. Totodată mi se spune că în urmă cu 2-3 zile această toxină mi s-a revărsat în sânge, că drumul vindecării este lung, greu şi că reuşita depinde de mine.

În sfârşit! Era ceea ce căutam. Ceva să depindă de mine pentru a mă putea salva, pentru a putea să-mi cresc băiețelul, aşa cum fiecare mamă o doreşte. Am aderat imediat la această ultimă şansă care mi se propunea. Începând de a doua zi, mi s-a recomandat un anumit regim alimentar, mers aproape 2 ore în aer liber, masarea unor anumite puncte, înlăturarea oricărui alt aliment şi uitarea bolii de care eram amenințată.

Am apreciat şi apreciez modestia acestui Om, căci într-adevăr, numai omenia şi dragostea nemăsurate față de semeni pot sădi în inima bolnavului - al condamnatului la moarte - speranța, încrederea în sine, descoperirea potențialului energetic al fiecăruia şi de care nu suntem conştienți. Acest autotratament este la îndemâna fiecăruia, dar necesită o voință forte.

Am cunoscut satisfacția primelor rezultate chiar a doua zi, când am reuşit să mă eliberez de un balast cântărind 4 kg, căci țin să menționez că în ultimii ani câştigam în greutate nejustificat, ajungând la 72 kg., la o înălțime de 1,59 m. Tot zbuciumul, suferința, disperarea în care m-am aflat un an nu au reuşit să scadă

din această greutate. Începând din 13 noiembrie 1983, hrana mea a constat din:

- 1 litru de suc extras din următoarele legume: sfeclă, ardei gras, varză albă, păpădie, ceapă, usturoi, pe care îl consumam între orele 7-11 dimineața.
- prânzul la ora 13, alcătuit din 125 gr. grâu netratat, încolțit, 25 gr. miere, 25gr. nucă şi 500 gr. pere.
- seara, la ora 18 consumam acelaşi meniu de la prânz, doar că înlocuiam perele cu mere.

În primele 4 luni am scăzut 20 de kg., această greutate reprezentând surplusul acumulat în timp şi care constituia o povară pentru mine, în ciuda nenumăratelor cure de slăbire. Constatam în fiecare zi că progresele erau uimitoare.

Menționez că cea de-a 5-a operație nu mi s-a sudat, încât timp de o lună şi jumătate am apelat la toate produsele farmaceutice, dar fără rezultat, căci singurul lucru obținut era acela de a întreține o stare de sterilitate perfectă, încât rana nu s-a infectat. Eram "liniştită" de cadrele medicale de la Spitalul nr. 10, că o astfel de vindecare este de durată, incizia fiind profundă, că trebuie să am răbdare până se va reface țesutul. Important este că în urma sfaturilor date de ing. Popa, m-am simțit mult mai bine în mai puțin de o săptămână, folosind şi comprese cu infuzie de nalbă de grădină.

Ameliorarea sănătății mele a fost rapidă şi a trezit uimirea mea şi a celor din jur. În urma acestui regim alimentar strict am constatat că 4 noduli s-au resorbit, că nu mai am insomnii, că îmi găsesc un echilibru, că această frică ce mi se cuibărise în suflet începe să mi se diminueze.

Capăt un tonus de viață pe care nu-l mai aveam de multă vreme, începe să mă preocupe tot mai mult această autocunoaştere. Rămân şi eu şi toți din jur uimiți de performanțele uluitoare pe care le dobândesc şi încep să-mi recapăt echilibrul. În primele 4 luni am scăzut în greutate, dar apoi am rămas cu o greutate constantă. În iulie 1984 am avut posibilitatea să trec la cel de-al doilea regim

alimentar, introducând toate legumele, mai puțin cartoful şi roşia, toate fructele, cu excepția celor acide, având voie să consum şi lactate, dar nu cele fermentate. Văzând că mă simt bine, fac unele abateri care duc la creşterea acidității şi la reapariția unuia din cei 4 noduli.

Eram conştientă că vina era a mea şi fără şovăire reiau primul regim. Constat ameliorări, dar... încep din nou lupta. Nu regret această încercare la care sunt iarăşi supusă căci, într-adevăr, mi s-a confirmat că ceea ce am distrus într-o viață nu pot dobândi într-un an. M-am convins încă odată că există un echilibru perfect între ceea ce mi-a prescris ing. Popa şi organismul meu şi că fiecare individ îşi are regimul propriu, adaptat organismului său.

în toată această luptă sunt susținută cu un devotament nemăsurat de soțul, mama şi copilul meu. Nu pot să nu menționez marea omenie de care a dat şi dă dovadă soția ing. Popa, care a contribuit mult la starea mea de sănătate, căci în toată această perioadă am trecut prin multe încercări, luptând să elimin acumulările de toxine din ultimii 10-12 ani. Am făcut oreion, tuse convulsivă, furuncule, febră. Atunci când ing. Popa era plecat din localitate, minunata lui soție reuşea să țină o legătură telefonică între pacienți şi soț. De nenumărate ori am simțit această imensă omenie de participare intensă la suferința celui care se adresează familiei Popa. Ştiu că această luptă este lungă, că sunt la începutul ei, că mai am mult până voi ajunge să spun că sunt un om perfect sănătos, dar este o luptă a mea, depinde de mine, ştiu ce am de făcut.

Am cunoscut zeci de cazuri disperate care, ajungând să urmeze tratamentul ing. Popa, au renăscut. Secretul acestui tratament constă în urmarea cu strictețe a celor indicate, a seriozității, înțelegerii, autocunoaşterii şi recăpătarea încrederii în sine. Nu pot să nu menționez că acest Om Minunat, la fabrica unde lucra a avut un colectiv de muncă plin de sensibilitate, că m-am bucurat de multă înțelegere şi afecțiune din partea colegilor de serviciu, fiind alături de mine şi participînd intens la toate necazurile şi bucuriile acestui drum anevoios.

Mulțumesc pe această cale redactorului Adrian Păunescu, care a reuşit să descopere o astfel de valoare. Trebuie să o prețuim, trebuie să fim mândri şi fericiți că suntem în posesia unui astfel de exemplar unic, trebuie să-1 sprijinim să-i ajute şi pe alții, să poată reda cât mai multor copii posibilitatea de a fi crescuți de părinții lor.

Consider că este momentul să fie ascultat glasul celor mulți, disperați, care doresc să facă totul pentru a se salva. Da-ți-le această şansă!

Nu doresc să fac din cazul meu un articol de publicitate, departe, foarte departe de acest gând, ceea ce vreau şi doresc din toată ființa mea este să se găsească o formă legală pentru a putea să beneficieze cât mai mulți din cei care ştiu ce este suferința, posibilitatea de a lupta pentru ceea ce au pierdut... SĂNĂTATEA.

Sunt ecoul a sute de glasuri disperate sau mai puțin disperate, pentru a ne ajuta.

Nu este greu, dar este vital!

AMZULESCU ADRIANA, BUCUREŞTI,
STR. PRELUNGIREA GHENCEA NR.36,
BL. D4, SC. B, ET.l, AP 14, SECTOR 6.

Au trecut 12 ani de când d-na Amzulescu afla stupefiată de la medici că era condamnată la moarte. De atunci a început lupta cu boala prin revenirea la natură, sub îndrumarea d-lui Popa. Rezultatele sunt extraordinare, dar încă ele mai depind de respectarea unui regim de viață prescris de cel care i-a arătat drumul spre autovindecare.

În prezent d-na Amzulescu este o persoană foarte activă, este secretara Universității Ecologice, unde depune o muncă intensă, uneori lucrând aproape zi-lumină. Acest lucru 1-a confirmat în repetate rânduri şi dl. Dolphi Drimer, rectorul Universității,

elogiind calitatea muncii d-nei Adriana şi cu ocazia deschiderii anului universitar 1995-1996.

Surioare

Marți, 30 august 1988, în jurul orei 12,30. Am deschis cu greutate ochii, buimăcită de anestezie. Mă chinuia o durere cumplită de cap şi o slăbiciune îngrozitoare. Am început să constat că eram bine "ancorată"de patul de reanimare: tub de oxigen, transfuzii, tub de dren. Vorbeam cu greutate şi eram speriată. Simțeam că trecusem prin ceva greu şi mi-era frică pentru ce va urma. Număram minutele, orele, aşteptând ca odată cu trecerea timpului să mă simt mai bine. Eram curioasă să ştiu ce diagnostic aveam, voiam să ştiu Adevărul.

Mă internasem cu diagnosticul de chist ovarian. Ecografia făcută în 5 iulie 1988 evidențiase existența unui chist ovarian, baie de lichid cu diametrul de 10-12 cm. Am fost asigurată că nu este vorba de un cancer, că nu este o urgență chirurgicală şi am aşteptat sfârşitul lui august şi zile mai răcoroase, propice operației.

Toată vara m-am gândit să-1 caut pe domnul inginer Valeriu Popa, dar îmi era frică. Mă obseda ideea că aş putea avea un cancer, instalat mai întâi la sâni, apoi extins şi la ovare. Chistul meu creştea văzând cu ochii. Ajunsesem să am o burtică respectabilă. Post operator s-a constatat că tumoarea avusese un diametru de 22 cm, la care s-a mai adăugat şi un fibrom. Pentru că nimic nu mai era neatins s-a făcut o "curățenie generală" la locul cu pricina.

A doua zi după operație am profitat de o clipă de singurătate şi m-am dat jos din pat. Voiam să-mi "fur" foaia de observație, să văd diagnosticul real. A treia zi m-am dus şi m-am spălat. Mă deprima mirosul de spital, de boală. Ştiam că mă voi face bine, nu ştiam cum, dar eram sigură că voi învinge. Cu zâmbetul pe buze, mai în glumă, mai în serios, încercam să aflu adevărul. Nu mi s-a spus decât că am avut o tumoare urâtă, că mi s-a scos un ovar şi o mică parte din uter.

Cu mintea mea mă şi vedeam făcând un copil peste un an!

Operația era imensă, m-am speriat când am văzut-o. După 4 zile am ieşit de la reanimare. Începusem să mă mişc, să citesc, să mănânc, să am grijă de flori. Dar întrebările nu-mi dădeau pace. Liniştea aparentă a durat doar câteva zile. Ori de câte ori am întrebat medicii ce este cu mine, nu mi s-a răspuns, am fost ocolită, am auzit un şir lung de bâlbâieli, sau mi s-a zâmbit dulce şi am primit un răspuns de complezență. Era îngrozitor că nimeni nu avea curajul să se uite în ochii mei şi să-mi spună adevărul. Au fost cele mai cumplite ore din viața mea, când nimănui nu-i era milă de mine şi nu-mi spunea adevărul. Acest blestemat secret profesional! Dacă un om vrea să ştie ce are, vrea adevărul, indiferent care este, ca să ştie cu ce are de luptat, este o crimă să nu i se spună!

Numai un prost poate fi convins că face cobalt profilactic, că vitamina B6 se administrează intravenos la Filantropia, mai nou, după care ți se face rău şi-ți cade părul. Ori în ceea ce mă priveşte nu era cazul. Sâmbătă, 10 septembrie, am avut certitudinea diagnosticului. Prietena mea, Luiza Steriade şi-a făcut pomană cu sufletul meu şi mi-a spus adevărul ştiut de ea: un cancer stadiul I. După simptome, nu ştiam că este stadiul III, iar ea nu ştia nimic precis. Aşa că...

Când am avut certitudinea că am cancer, am plâns de uşurare. Mi-am dat un an de zile ca să mă fac bine. Nu ştiam ce drum voi apuca, dar eram convinsă că voi câştiga lupta. Mi s-a propus iradierea şi am refuzat. Am acceptat doar tratamentul cu citostatice. Diagnosticul în sine nu m-a surprins. Încă din adolescență mi se manifestase o dereglare hormonală, un exces de foliculină şi o carență tiroidiană. Mama m-a dus la medic şi am început să iau de pe la 12 ani vitamina El, între 15 şi 18 ani m-am îndopat cu origesteron, tiroton şi alți hormoni, iar în studenție am continuat tratamentul. Rezultatele? La 15 ani aveam 1,62 m. înălțime şi 54 kg., iar la 16 ani am ajuns la 68 kg., aveam edeme, hipocalcemii, spasmofilie. Pe la 24 de ani mi s-au rezolvat problemele, dar norocul nu mi-a surâs prea tare. Nu mi-am putut permite "luxul" de a avea copii, ceea ce, pe un echilibru hormonal fragil, a fost fatal. În 1982 am avut un chist ovarian, care s-a resorbit după un tratament cu medroxiprocysteron. în 1985 mi s-au descoperit nişte

chisturi mamare. Le-am tratat. Pe moment m-am simții mai bine, dar din 1986 tulburările s-au agravat. Tratamentul a fost fără vreun rezultat pozitiv. în februarie 1988 chisturile erau la locul lor, mai grase şi mai frumoase ca oricând, iar eu făcusem o puternică intoxicație medicamentoasă. Eram ca un dalmațian: albă, doar petele-mi erau roşii. Prin martie au urmat nişte senzații ciudate: dureri ovariene puternice, febră aproape permanentă. Era suficient un curent cât de mic sau să strănute cineva, ca eu să fac imediat 39°C. Oboseam repede, eram foarte palidă. Pe la sfârşitul lui mai am începui s;i simt în burta mea un rotund, ca o minge care creştea, creştea M am dus la doctor şi am primit o indicație chirurgicală.

Toată vara lui 1988 m-am simțit foarte rău. Pe lângă oboseală, mergeam cu foarte mare greutate. Pe piciorul drept abia mai puteam să calc, genunchiul stâng mi se "muia" adesea. La mijlocul tibiei drepte îmi apăruse o adâncitură în os, care se înnegrea, în zona genunchiului stâng îmi pocneau vasele sanguine şi aveam mereu hematoame. Ciclul era neregulat şi foarte dureros, nu îl puteam suporta decât cu tranchilizante. Respiram cu greu, îmi cădea părul, iar dintr-o săptămână, jumătate din zile erau rele, iar cealaltă jumătate bune. Vomam aproape tot ce mâneam. Nu-mi priau decât roşiile, pepenii şi dulciurile, fără carne, sosuri, mâneam ouă, sau brânză. Sânii îmi coceau şi curgeau, iar mamelonul intra în interior.

M-am dus la operație cu gândul că după, nu va putea fi mai rău. Şi cât de tare m-am înşelat! Nu am rezolvat decât o mică parte din problemă. După o săptămână îmi coceau sânii. Aveam aspectul unui aluat de pâine dospit, iar durerile de oase erau cumplite. Nu le puteam suporta decât cu ore de masaj şi cu calmante.

Acasă, am pus mâna întâmplător pe cartea lui Jean Valnet, "Tratamentul bolilor prin legume, fructe şi cereale". Am fost convinsă imediat. Din 19 septembrie am început să-mi prepar în fiecare zi sucuri de fructe şi legume şi mi-am aplicat comprese cu foi de varză pe sâni. Drept urmare nu m-au mai durut atât de tare sânii, iar hemoglobina am văzut-o crescând până la 13,8 pe

parcursul a două luni (la momentul operator aveam o anemie uşoară).

Pe la sfârşitul lui septembrie am avut o criză oribilă. Simțeam cum ceva necunoscut urcă încet pe ganglioni, apoi ajunge la creierul mic. Au urmat spasme, frisoane, vomă şi o criză vecină cu nebunia. Nici un calmant nu m-a ajutat. După aceea au început dureri puternice în zona calotei. Mă durea fiecare fir de păr în parte, mă dureau oasele capului. Mi-a trebuit multă voință ca să îmi țin nervii în fire.

Am ajuns şi la oncologie. La început mă simțeam singură, speriată, apoi acest sentiment a dispărut. Am văzut atâta suferință în jurul meu încât nu m-am mai simțit singură, având sentimentul solidarității prin suferință cu ceilalți.

4 octombrie 1988. Prima doză de citostatice. Nu am simțit nimic deosebit. Pe 31 octombrie a urmat a doua doză. Totul mergea aparent bine. Până în 7 noiembrie, când m-am dus întâmplător la control la Spitalul Municipal. Şi am avut parte de o nouă surpriză: intravaginal mi se formase un țesut de granulație. Am fost invitată la extirpare. Dar pe lângă cauterizarea propriu-zisă am avut şi plăcerea unui chiuretaj biopsic. Fără să mi se ceară acordul, fără să fiu anunțată, fără anestezie... Acest procedeu pe care eu îl socotesc barbar m-a hotărât ca acolo, pe loc, în acel cabinet medical al Municipalului, să jur că nu voi mai călca pe la chirurgie decât ca să mi se constate vindecarea şi să îl caut pe dl. ing. Valeriu Popa. Cale de mijloc pentru mine nu mai exista. Nu puteam accepta ideea de a merge din operație în operație, din chinuri în chinuri tot mai mari, de a-mi lăsa părți din corpul meu prin diversele cabinete medicale, pentru ca în final să mor. Asta era chin nu viață, iar eu nu puteam accepta o asemenea perspectivă! Ori trăiam în forma în care eram, ori muream, nu aveam de ales! Ştiam de la oncologie că aveam ganglionii prinşi şi focar activ la sânul stâng. Toate acestea mi-au fost sugerate, iar eu am controlat ganglionii prietenelor mele şi m-am convins de adevăr.

L-am căutat pe dl. ing. Valeriu Popa, am primit tratamentul pe care trebuia să-1 urmez şi am pornit la "atac". M-am hotărât să fiu propriul meu cobai. Dacă mergea, bine, dacă nu, renunțam. În ce hal eram? Mergeam cu mare greutate, oboseam dacă urcam un etaj, iar dacă îl urcam şi pe al 2-lea ameţeam; mă uitam cu invidie la'Texan" (căţelul d-lui Popa) care, sărind cu labele din faţă pe uşa de la intrare, reuşea să o deschidă. El nu avea dificultăţi, eu da. Făceam febră aproape permanent, respiram cu greutate, eram pământie la faţă. Rana de la chiuretajul biopsie nu mi se mai închidea şi aveam o scurgere vaginală de culoare verde-maronie. Sânii îmi coceau şi le simţeam febra interioară de la 10 cm. distanţă, iar durerea coborâse pe ganglion până la cot. Ficatul se simţea tare şi tumefiat, iar cu pofta de mâncare stăteam prost. Mâneam şi mă străduiam să nu vomit, pentru că ştiam că anorexia şi voma sunt finalul.

Simptomele mele coincideau cu cele ale unei vecine de pat din spital, despre care ştiam că mai avea cam două luni de trăit. Aflasem că am avut pete pe intestine şi partea stângă a sistemului ganglionar atinsă. Hotărârea mea era luată. Era datoria mea de om să încerc absolut totul pentru a-mi salva viaţa. O clipă am încercat să mă imaginez moartă, în sicriu. Am respins imaginea. Nu puteam accepta ideea morţii fără să-mi fi îndeplinit misiunea în viaţă, să-mi las existenţa neîmplinită.»

Ajunsă în acest moment de cumpănă al vieţii sale, Doiniţa s-a hotărât să înceapă lupta.

«Sâmbătă, 19 noiembrie 1988, am început tratamentul. Totul a debutat cu o criză puternică. Crizele se succedau săptămânal. Cum era? Mă durea tot corpul, oase, sâni, ganglioni, toată carnea de pe mine, fiecare fir de păr din cap, dinţii, până şi plombele din gură (îmi venea să-mi smulg lucrările dentare), făceam febră, vomam. Seara, când mă culcam, parcă mă cufundam într-o mare neagră. Mă întrebam dacă dimineaţa o să mă mai scol. Şi mă sculam! De multe ori plângeam, întrebându-mă ce păcate ispăşesc, plângeam pentru că nu voiam să mor la 34 de ani. Dar chinul mi-a fost răsplătit curând. După trei zile de tratament mi s-a schimbat aspectul şi

mirosul secreției vaginale, iar după o săptămână mi s-a închis rana de la chiuretajul biopsic, hemoleucograma s-a îmbunătățit. Trombocitele au urcat de la 100000 la 215000, iar leucocitele de la 2200 la 4800. Hemoglobina era bună datorită sucului de sfeclă.

Timp de 45 de zile am avut următorul regim de viață:

- dimineața, făceam igiena cavității bucale, gargara cu ulei, raclajul limbii şi mestecatul mălaiului, apoi o clismă cu rostopască.
- la ora 11 luam 3 linguri de orez crud înghițit cu 1/2 litru de apă distilată.
- la ora 13 luam 125g. grâu încolțit cu 25g miere, 25g. nucă şi o salată făcută din 2 mere, 4 linguri sfeclă roşie, 2 linguri morcov, 2 linguri țelină, 1 lingură ridiche neagră.
- la ora 18 mâneam acelaşi meniu ca la ora 13, numai că schimbam soiul de mere din salată, iar la ora 21 beam o ceaşcă de ceai de cimbrişor şi mâneam 30 de semințe de dovleac. În caz de sete beam ceai de salvie, seara la culcare făceam a doua clismă (cu tătăneasă) şi o spălătură vaginală (o seară cu ceai de nalbă, a doua seară cu ceai de gălbenele, apoi cu ceai de coada calului), iar noaptea îmi aplicam pe sâni comprese cu foi de varză.

Deşi slăbeam în greutate, mă simțeam uşoară şi din ce în ce mai în puteri. După trei săptămâni de tratament au apărut şi probleme cu inima. Aveam uneori senzația că nu o să reziste şi o să se frângă. M-am dus la control la dl. Popa şi dumnealui m-a liniştit.

Inima era puțin afectată din cauza schimbărilor mari care se produceau în organism, dar nu se îmbolnăvea. În acea perioadă eliminam masiv toxina prin fecale, urină, salivă, transpirație (puternică şi urât mirositoare), iar foaia de varză trăgea intens din tumori (frunzele îşi schimbau culoarea şi mirosul). Eram speriată de ce puteam să elimin!

M-am încăpățânat să continui şi tratamentul cu citostatice. Dar după doza din decembrie a urmat un dezastru. Pe 26 mai mi s-au administrat 50 mg. farmorubicin şi pe data de 27 mai, 70 mg. de platinol. Abia am ajuns acasă că s-a declanşat voma. Între orele 15

şi 16 am vomat de 11 ori, iar până la ora 21, de 23 de ori. Nu puteam să beau nici o linguriță cu apă. Dădeam totul afară. Cred că am vomat şi sufletul din mine. A doua zi nu am mai vomat decât de două ori şi am reuşit să beau puțină apă, iar a treia zi am putut să mănânc un măr. După această doză de medicamente am constatat că mi s-a refăcut vegetația vaginală, au apărut granule care s-au extins şi bucal şi extern, pe coapsa stângă, iar bucal şi vaginal mi s-a format o aftoză foarte, foarte puternică.

Au existat şi indivizi "amabili" care mi-au spus că persoanele care vomită masiv după citostatice nu mai au mult de trăit. Deci, îmi rămânea un singur drum, cel al terapiei naturiste, pe care l-am urmat cu perseverență.

Începând cu 3 ianuarie 1989, mi s-a schimbat regimul alimentar. S-au păstrat procedurile de igienizare şi aplicațiile cu foi de varză, dar am avut o altă dietă. între orele 7 şi 11 un suc de legume alcătuit din 475 g. suc de sfeclă, 200 g. suc gulie (sau ardei), 100 g. suc varză, 50 g. suc din frunză de gulie(sau păpădie), 20 g. suc ceapă, 5 g. suc usturoi îndulcit cu 50 g. miere. La ora 13, 125 g. grâu încolțit, 25 g. miere, 25 g. nucă, 500 g. mere roşii. La ora 18 serveam acelaşi meniu ca la ora 13, numai că schimbam soiul de mere cu unele galbene sau cu pere. Amintirea dezastrului după citostaticele din decembrie m-a determinat să întrerup tratamentul medicamentos. Hotărârea mi-a aparținut în întregime. Pe moment am fost speriată, dar ulterior am văzut că am ales drumul bun.

După operație nu am stat în concediu medical decât o lună şi jumătate. Am avut norocul să fiu susținută moral şi material de colegii mei de serviciu într-un mod cu totul deosebit. Mi-au făcut o parte din ore, m-au ajutat cu bani. Am preferat să lucrez. În acest fel aveam sentimentul utilității, satisfacția unor realizări. Munca îmi alunga singurătatea, îmi abătea gândul de la boala care mă măcina. Şi apoi nu zăceam pentru că eram bolnavă, ci mă odihneam ca să pot merge la şcoală. Bucuriile au început să apară una câte una. După primele simptome de autovindecare, mi-au crescut puterile. Am început să îmi port singură de grijă, să fac treburi gospodăreşti mărunte. De "Crăciun" mi-am aranjat bradul,

am sărbătorit Revelionul 1988-1989 cu seminţe de dovleac şi ceai de cimbrişor.

Pe 12 ianuarie mi-am sărbătorit cei 35 de ani. Trăiam, eram în mijlocul prietenilor şi pe deasupra mai fusesem şi bucătar şef. Am preparat totul singură, fără să mă ating de nimic. La început, când pofteam câte ceva, mă săturam cu mirosul. Apoi, odată cu trecerea timpului nu am mai poftit la nimic. Pe 17 ianuarie 1989 mi-am făcut analizele. Când am văzut acul înfipt în vena mea, m-am uitat în altă parte. M-a "trezit" vocea unui domn mai în vârstă: "Ce sânge frumos aveţi! Parcă este un vin roşu vechi." Doamna doctor care mi-a recoltat analizele m-a întrebat ce am făcut ca să am aşa un sânge. Voia şi dânsa să facă la fel, pentru copilul ei. Când am venit după rezultate am întrebat timid dacă analizele sunt bune. Respectiva doamnă m-a privit ca pe o ipohondră şi mi-a spus: "Sunteţi perfect sănătoasă!"

Pe 12 februarie am sărbătorit-o pe finuţa mea şi ziua aceea a fost foarte frumoasă. Am ajuns la ei şi liftul era defect. Am urcat cele 10 etaje în ritm constant, respirând regulat şi nu am obosit. Pe 18 februarie am avut mai multe bucurii. La şcoală colegii m-au felicitat pentru modul cum arătam. Unul a fost foarte delicat: "Felicitări, azi arăţi superb! În noiembrie când te-am întâlnit m-am speriat de tine. Arătai ca un cadavru ambulant!" Seara, la aniversarea Luizei Steriade am redescoperit bucuria dansului. Am dansat doar jumătate din dans, după care am fost nevoită să mă odihnesc. Deci, după două luni de tratament am avut analizele perfecte, iar după trei, am urcat 10 etaje şi am dansat.

Din cauza lipsei de period se produsese o stocare de toxine în organism. La sfârşitul lui februarie mă simţeam rău, nu mai puteam să respir, mă durea braţul drept, abia mai mergeam. Dl. ing. Popa mi-a făcut o şedinţă de presopunctură şi chestiunea s-a autoreglat. Lunar, în loc de period, am o criză mai violentă sau mai blândă, prin care elimin stocul de toxine din organism.

Cam pe la începutul lui martie m-am simţit în afară de orice pericol, sentiment confirmat şi de dl. Popa. Datorită acestui regim a

început să mi se regenereze tot organismul. Mi-a crescut imunitatea, n-am mai vomat şi nu am mai făcut febră (cam după 1 martie), mi s-a mărit capacitatea pulmonară, m-am vindecat de alergia respiratorie pe care o aveam (nu toleram praful şi detergenţii) şi de sinuzită. Războiul era crâncen, pe viaţă şi pe moarte. Viaţa celulei canceroase contra viaţa celulei sănătoase. Analizele erau bune. Oare cine va câştiga? Întrebarea era chinuitoare, lupta grea. Îmi amintesc că în noaptea de 27 spre 28 februarie am avut o criză puternică. Mi-am revenit a doua zi, pe la ora 11. Simţeam o durere ciudată la frunte. Când m-am privit în oglindă, am constatat că aveam un cucui. Cum l-am făcut, nu-mi amintesc. Probabil că în timpul somnului mă zvârcolisem şi am dat cu capul de ceva.

Bilanţul lunii aprilie a fost următorul: din 30 de zile 22 au fost rele, restul bune. Acuzam dureri puternice de oase şi de ganglioni. Dimineaţa erau liniştiţi, peste zi se tumefiau, seara erau umflaţi, iar dimineaţa, după compresa cu varză din timpul nopţii erau iar dezumflaţi. Luna mai a trecut uşor, fără evenimente deosebite. În iunie, din cauza efortului cam mare pentru mine, am slăbit până la 49 de kg. şi din cauza emoţiilor, rana de la chiuretajul biopsie mi s-a redeschis. M-am liniştit după ce mi-am terminat treburile la şcoală şi am reuşit să mă odihnesc. Rana mi s-a închis de la sine..

Acest regim m-a făcut să evoluez foarte mult psihic. Am căpătat o nouă deschidere faţă de multe probleme. Sunt mult mai liniştită, mai sociabilă, mi-am lichidat multe temeri şi complexe. Este fantastic cum m-am putut redescoperi, cum am reuşit să renasc. Am ascultat foarte multă muzică, în special muzică preclasică. Era una din bucuriile mele cele mai mari şi un sprijin din cele mai puternice. în timpul lunii iulie au apărut şi alte semne de autovindecare. Două săptămâni nu am putut merge din cauza piciorului drept. Acuzam dureri foarte puternice la şold şi la nivelul gleznei. La 17 ani avusesem o deslipire epifizară prost tratată, din pricina căreia am avut multe neplăceri. Am constatat cu uimire că oasele mi se reaşează şi glezna dreaptă ajunge aproape de dimensiuni normale. Doar pigmentaţia pielii mai indica faptul că am avut cândva probleme acolo. Am observai că mi-a pocnit

gingia, o săptămână am stat cu rana deschisă, perioadă în care mi s-a scurs o infecție, apoi gingia mi s-a închis de la sine. La fel mi s-a întâmplat şi cu urechea stângă. Pielea s-a crăpat, s-a prelins o scurgere purulentă, după care rana s-a cicatrizat foarte frumos. Probabil că era o reminiscență a otitei ce îmi umbrise copilăria.

În august am plecat la Buşteni. Am pornit încet-încet, în excursii. Întâi, Gura Diham, apoi şi mai departe. Când am ajuns la Urlătoarea, m-am simțit campioană mondială la alpinism. Dacă aş fi escaladat Everestul, nu aş fi fost mai fericită. Reuşisem şi lumea era a mea! Plângeam de bucurie pentru că eram normală, pentru că nimeni nu ştia ce boală aveam. Mă consolam că alții aşa-zişi sănătoşi gâfâiau mai tare decât mine la urcuş. Am continuat cu Valea Fetii, Poiana Coştilei şi alte excursii care mi-au umplut sufletul de bucurii şi de satisfacții. Am revenit în Bucureşti plină de energie şi m-am apucat de o curățenie generală. Plăcerea mea cea mai mare a fost să vopsesc ferestrele, lucru pe care nu-l mai făcusem până atunci.

Dar bucuria mi-a fost întunecată de începerea anului şcolar. La fel ca mulți suplinitori, am avut mari neplăceri cu norma şi, implicit cu salariul. Toate acestea m-au afectat foarte mult, mi-au stagnat procesul de vindecare. Prin octombrie a intervenit şi altceva, nu mai puteam suporta sucurile şi grâul încolțit. Ştiam că renunțarea la regim sau cea mai mică eroare mă pot costa viața. Am făcut o pauză de la rețeta strictă, mâncând însă numai alimentele permise. Când dl. Popa mi-a spus că sucurile reprezintă cheia vindecării mele, am reînceput să le beau cu poftă. Lunile octombrie şi noiembrie au trecut foarte greu, iar în decembrie am evadat din nou la munte, la Sinaia. O zi făceam o ascensiune mai grea, a doua zi ceva mai uşor. Am urcat până la Cota 1400, la Piscul Câinelui. Dar visul frumos s-a terminat repede şi m-am întors pe 22 în focul din Bucureşti. Emoțiile m-au afectat profund. Pe 12 ianuarie 1990 mi s-a redeschis din nou rana de la chiuretajul biopsie, la un an şi două luni după ce a fost făcută. Mi-am adunat nervii şi m-am calmat. Zbuciumul meu sufletesc nu ajuta nimănui şi nu-mi făcea decât mai rău. În februarie am avut o criză care a ținut cam vreo două săptămâni, cu febră mare, stare proastă, vomă, dureri. Toate le-am

depăşit ca de obicei, fără medicamente, doar cu ceaiuri, presopunctură şi băi.

Pe 20 martie am început primul meu post total. L-am dus cu bine la capăt. Foamea m-a chinuit mai puţin decât mi-am imaginat. L-am făcut la cererea mea deoarece ştiam că prin acest procedeu accelerez autovindecarea. După criza care i-a urmat, saltul calitativ a fost vizibil. Mi s-a schimbat şi regimul alimentar, fiind mult mai lejer. Practic aveam voie să mănânc aproape orice. În vacanţa de primăvară am fost din nou la Sinaia. Proba etalon - Cota 1400 - am trecut-o mult mai uşor. În timpul urcuşului devenisem cap de coloană. La un moment dat am auzit din spate: "Doiniţa, stai! Vrei s-o concurezi pe Doina Melinte la proba de maraton?" Starea mea a fost din ce în ce mai bună în lunile următoare. În iulie am mai făcut un post de 7 zile. Rezultatele au fost vizibile. Acum am ajuns în faza finală, la aşa numitul regim de separare, pe care îl poate urma orice persoană care doreşte să fie sănătoasă. Mă simt excepţional şi ca ultimă realizare pot să menţionez că am reînceput înotul. Un om care urcă pe munte, înoată şi se simte bine poate fi considerat altfel decât sănătos?

Au fost şi glasuri de specialişti sau suspicioşi care au spus că dacă eu sunt încă în viaţă, nu am avut cancer. Nu pot să cred că dl. profesor doctor Traian Rebedea, şeful Clinicii de ginecologie şi dl. profesor doctor Paul Nicolescu, şeful laboratorului de anatomopatologie de la S.C.M.B., s-au înşelat. Diagnosticul este atestat de certificatul medical nr. 9300 din 14 septembrie 1988, de buletinul de analiză nr. 119935 din 25 noiembrie 1988 (chiuretaj biopsie) şi confirmat de doctor în chimioterapie Aldea Gabriela de la I.O.B.

Îmi pare rău că am ajuns doar în ultimă instanţă la acest tratament naturist, deşi era primul lucru cu care trebuia să încep. Şi nu numai eu, ci toată lumea. Din păcate, din acest punct de vedere, educaţia noastră, a tuturor, are numeroase carenţe. Îmi permit să fac pe această cale câteva sugestii. Ar fi bine ca şi în România să se creeze condiţii legale şi cadre bine pregătite pentru practicarea pe scară largă a terapiilor naturale. Ar trebui să apară publicaţii de

specialitate, să se înfiinţeze magazine cu produse naturale garantate şi restaurante cu meniuri cu specific naturist. Ţinând cont de rezultatele spectaculoase obţinute în unele cazuri, este bine venită popularizarea şi extinderea practicării medicinei naturiste.»

Într-una din zile, stând de vorbă cu Doiniţa şi povestindu-i despre cartea pe care o voi scrie, am rugat-o să-mi relateze câte ceva din trăirile pe care le consideră mai semnificative pentru viaţa ei. A trecut o perioadă de timp şi, într-o după amiază, când ajung acasă, găsesc în camera mea un plic mare aşezat pe fotoliu, conţinând mai multe pagini scrise de Doiniţa. Îi mulţumesc pentru hotărârea luată de a îngădui publicarea unor întâmplări atât de intime ale sale şi am convingerea că ele vin în sprijinul ipotezelor (încă pentru unii), că tot ceea ce facem, de la gând, vorbă, faptă, se nregistrează şi suntem direct răspunzători de toate consecinţele acestor acţiuni ale noastre, că în finit totul este programat, nimic nu e întâmplător şi că suntem dependenţi de Vibraţia Universală Creatoare.

INEPUIZABILA FORȚĂ A VIEȚII

Preda Constantin (corn. Pârscoveni - Olt), 24 ani, scleroză în plăci (leuconevraxită), pensionat medical în 1989.

Internările au început din 1987, când boala s-a declanşat, cu dureri mai sus de ficat, nevoia de a urina foarte des, membrele inferioare amorțite. Tratamentul: prednison, vitamine, perfuzii şi hormoni. După un timp au apărut dureri pe coloana vertebrală, se închideau căile respiratorii (palpitații, sufocări). Stările rele se accentuau la zgomot mare, la înrăutățirea timpului. Ce s-a întâmplat mai departe ne povesteşte chiar tânărul în cauză:

«Din noiembrie 1989 mi-am dat seama că doctorii nu mă mai puteau ajuta. Pe la începutul lui 1990 l-am văzut pe dl. Valeriu Popa la televizor, dând sfaturi pentru diferite boli, printre care şi a mea. Imediat am trimis prin tatăl meu certificatul medical cerut, din care să rezulte afecțiunea de care sufăr şi că se recomandă regim naturist metoda Valeriu Popa şi fotografia, pentru că eu eram netransportabil. Fără să mă vadă, i-a spus tatei diagnosticul exact şi mi-a prescris un regim naturist de 45 de zile (grâu încolțit, orez, nuci, stafide, mere, polen, nectar, lapte crud de capră), cu două clisme pe zi. Era ultima mea şansă. După o săptămână de tratament am simții dureri foarte mari pe coloană, cu insomnii. Treptat, durerile s-au ameliorat. Pe toată perioada regimului am muncit la grajdul de vaci. Mi se sugerase să fac mişcare continuă, chiar şi în timpul crizelor. Am avut multă voință să birui teama de dureri, deşi erau foarte mari, şi mişcarea m-a ajutat. Acum, regimul mi se modifică la 45 de zile, acasă muncesc mult în gospodărie, mă simt foarte bine şi aştept să încep serviciul. Nu se poate compara cu tratamentul din spitale.»

În noiembrie 1991, dl. Popa 1-a pus să fugă. A fugit destul de bine. I-a recomandat regimurile alimentare şi 17 minute pe zi alergare obligatorie, cu gura închisă, pentru a evita depunerile în plăci.

***

Doamna A., în vârstă de 57 de ani, avusese cancer mamar, iar după trei ani de tratament, mărturisea:

« Când am venit pentru prima dată, primăvara, dl. Popa mi-a spus că se va declanşa cancerul la sân. Eu nu aveam nimic. De abia toamna s-a pornit. Mi s-a dat regimul BG1 timp de 45 de zile, cu spălături vaginale şi clisme. Imediat au început crizele de eliminare, regulat la 7 zile; se curățau rinichii, ficatul, totul. Ziceam că mor. Cădeam, zăceam şi mă ridicam. Am slăbit 22 de kg. în 45 de zile şi simțeam că plutesc. Nu mai oboseam, aveam o forță foarte mare. Înainte aveam sânul inflamat şi nişte dureri atât de mari că nu puteam duce nimic în mână, în prezent pot căra şi mai mult de 10 kg. fără prea mari dificultăți. Pot merge pe jos oricât, fără oboseală, pot munci de dimineața până seara. Regimul ăsta e sănătate. Acum am adus-o şi pe fiica mea, pentru nişte ganglioni inflamați. I-a prescris 21 de zile de repaus alimentar, numai cu apă distilată. O să îl țină. »

***

Georgescu Ion, în vârstă de 26 de ani, având diagnosticul de crize comițiale (epilepsie), după ce a umblat pe la doctori ani de zile şi a făcut tot felul de tratamente cu medicamente româneşti şi străine, extrem de puternice, ajungând să facă crize săptămânale, cu pierderea totală a cunoştiinței, ajunsese să nu mai poată merge nicăieri neînsoțit. Iată ce ne povesteşte despre felul cum a ajuns la dl. Popa:

«În anul 1984 am citit în revista Flacăra despre dânsul, încercasem tot ce se putea, fusesem peste tot, la medici, la preoți, la vindecători, fără rezultat. Am vrut să mai fac o încercare. Cu o simplă strângere de mână, dl. Popa mi-a spus toate bolile de care am suferit şi ce mă poate aştepta în continuare. Am fost tare impresionat, tata a început să plângă. Mi s-a spus că dacă am voință şi încredere în mine, în cinci ani mă vindec. M-a fascinat persoana lui, mi-a dat forță numai prin atingerea mâinii.

Cu toate acestea, am continuat tratamentul medicamentos fără rezultat până în 1986, când părinţii au fost de acord să încep regimul, deoarece situaţia mea era foarte gravă şi crizele se îndesiseră.

Deci, din ianuarie 1986 am început un tratament de 42 de zile cu sucuri de fructe, grâu încolţit, mere, miere, crudităţi. Renunţarea la medicamente am făcut-o eşalonat. Cu toate că slăbeam fizic, energia şi forţa îmi creşteau uimitor. Trecusem brusc de la o stare de somnolenţă la una de vioiciune. Importantă a fost şi recomandarea de a face multă mişcare în aer liber - plimbare, alergare, mers cu un anumit stil de respiraţie - dar fără efort în exces. Tot din tratament făcea parte masajul pe care mi-l aplicam singur în anumite zone: încheieturile degetelor, la mâini, la gât. Timp de un an am urmat foarte strict un regim de ceaiuri medicinale. Am renunţat complet la carne, sare, condimente, băuturi alcoolice. După miracolul celor 42 de zile în care am supravieţuit cu sucuri şi grâu, eram alt om, până şi culoarea ochilor mi se schimbase, îmi dispăruse somnolenţa, aveam foarte multă energie, mă simţeam din ce în ce mai bine. Renăşteam, mă împrospătam ca o floare. Făceam experienţe pe mine însumi şi notam fiecare amănunt.

Văzând ce se întâmplă cu mine, părinţii au început şi ci să consume ceaiurile şi din regimurile mele. După cele 42 de zile am continuat cu foarte multe ceaiuri (peste 80 de feluri), mi s-a permis puţină pâine, mâncare de legume, dar mai ales crudităţi. Mâneam multe fructe pe zi, sucuri, seminţe crude de dovleac, floarea soarelui, nuci. Mi se interziseseră complet brânzeturile şi pentru că am cosumat odată lapte acru am avut o uşoară criză. Dl. Popa m-a întrebat imediat dacă nu cumva am mâncat brânză: laptele acru mi se brânzise în stomac.

De atunci, din 1986, gimnastica, ceaiurile zilnice, regimul alimentar sunt lege pentru mine. Boala a dispărut. Sunt foarte stăpân pe mine. Lucrez în aviaţie, la control final aeronautică, de 5 ani. (crizele de epilepsie sunt o amintire neplăcută a trecutului.

Singurul regret este că nu am auzit mai repede de dl. Popa. Aş fi câştigat câţiva ani de viaţă.

***

Doamna Ion Edeltraut, 38 de ani, Bucureşti.

<<Aveam probleme genitale, o rană uterină cauterizată, noduli la sâni, dureri de cap îngrozitoare, de îmi venea să mă arunc de la balcon. Chemam Salvarea şi noaptea, parcă îmi ţârâiau greieri în cap. Dar cel mai tare suferеam din cauza hemoroizilor dureroşi, care îmi provocau sângerări abundente. În urma investigaţiilor ginecologice (analiza Papanicolau), medicul mi-a spus că, după părerea lui, nu este cancer, dar ceva este şi ar trebui să mă internez pentru un control riguros. Nu am vrut să mă internez şi am mers la dl. Popa Valeriu. Mi-a spus: "Ştiu că ai venit pentru hemoroizi, că asta te deranjează cel mai tare, dar ei sunt doar efectul. Cauza este cancerul uterin. Ai venit la timp, pot să te ajut." Când am auzit că am cancer mi s-a făcut rău, am leşinat şi am căzut, îl auzeam ca prin vis spunând celor din jur: "Este o reacţie normală. O să-şi revină şi să vedeţi că se pune pe treabă." Când am aflat că tratamentul normal durează 7 ani (7ani-ciclu complet de regenerare a celulelor corpului), mi s-a părut foarte mult. Dar dl. Popa m-a întrebat: "Ai motiv să trăieşti ?" Am răspuns că am o fetiţă pe care vreau să o cresc frumos.

Acum, după 2 ani de regim mă simt perfect şi refuz să cred că am fost sau că voi mai putea fi vreodată bolnavă. Iniţial am început cu un regim care a durat 45 de zile, format din grâu încolţit, miere naturală, mere şi nuci, apă distilată de băut, concomitent cu clisme şi spălături vaginale. Aveam 80 de kg. şi am slăbit la 49 kg., dar aveam o putere de muncă şi o energie fantastică. După o lună, durerile de cap şi sângerările au dispărut. La 45 de zile veneam la control şi mi se schimba regimul (regimuri alimentare naturiste pentru deficienţe sanguine, boli hepatice, aciditate). În tot acest timp nu am întrerupt nici o zi serviciul.

După un an au început crizele de eliminare sau de însănătoşire despre care fusesem avertizată. Am avut nişte eliminări fantastice: voma, urina de culoarea păcurei, fecale foarte urât mirositoare şi 10 zile de febră 40-41 °C, când au ieşit toate toxinele şi relele din corp. Nu am luat nici un medicament, singurul remediu împotriva febrei fiind băile Kuhne (băi reci de şezut).

De atunci starea sănătății mele s-a îmbunătățit vizibil, am pus la loc 10 kg., nu mă mai doare nimic, hemoroizii parcă nu i-am avut niciodată, nodulii de la sân au dispărut, la medic nu mă mai duc, am o viață perfect normală, muncesc, am serviciu, familie, îmi cresc fetița. Păstrez cu strictețe regimul care se schimbă la fiecare 45 de zile.»

***

«... celor care după ce o viață întreagă s-au năpustit orbeşte cu capul înainte în tot ce-i tare şi solid şi caută acum izbăvirea din suferința provocată de propria ignoranță.

Mă numesc Ionescu Raul Dan, locuiesc în Focşani, strada Dimilric Cantemir nr. 21, bl. A, ap. 25, am 32 de ani, sunt administrator şi mulțumită d-lui ing. Valeriu Popa am ieşit din groapa unde se zbat fără speranță acei bolnavi cu diagnosticul "psihoză discordantă".

Totul a început pe la sfârşitul primăverii anului 1981, când aveam 17 ani împliniți şi eram în clasa a X-a, înaintea examenului pentru treapta a II-a de liceu.

Starea de boală s-a instalat pe nesimțite, primele simptome fiind scăderea progresivă a randamentului şcolar, dificultăți de concentrare a atenției, stări tot mai accentuate de nelinişte, de depresie şi de neîncredere în forțele proprii, pierderea poftei de viață, oboseală fizică şi mai ales psihică, nervozitate. Toate aceste necazuri veneau după ce în timpul anului şcolar am dus o viață dezordonată, cu eforturi şcolare susținute, odihnă insuficientă şi mese neregulate, când mâncam pe fugă - îmi aduc bine aminte - în special produse de patiserie şi carne sau preparate din carne şi

foarte puține mâncăruri cu legume. Ba mai mult chiar, pe măsură ce boala se instala am apelat la cafea şi țigări ca stimulente pentru menținerea capacității mele de efort mental.

Am crezut că oboseala este trecătoare, dar nici vacanța care a urmat examenului nu m-a restabilit câtuşi de puțin, dimpotrivă, îmi mergea din ce în ce mai rău, iar când în noul an şcolar capacitatea mea de efort intelectual ajunsese foarte aproape de zero şi eu nu mai aveam răbdare, pradă unui bizar disconfort psihic, nici măcar să asist pasiv la ore, m-am dus la psihiatrie, la policlinica din Focşani.

Aici, dr. Pricop Elena mi-a pus diagnosticul "depresie endogenă" şi am făcut un tratament medicamentos ambulatoriu cu amitriptilin, rudotel, clordelazin, herbonal, ..., lugogen, distonocalm, etc. - fără rezultat.

Neîntrerupt a fost şirul suferințelor mele din momentul începerii acestui tratament medicamentos şi până în primăvara anului 1984, când l-am întâlnit pe dl. ing. Valeriu Popa. Vreme de 3 ani, în paralel cu toate tratamentele şi internările care s-au succedat în acest răstimp, starea mea de sănătate mergea din ce în ce mai rău, ajungând la un moment dat în felul acesta: personalitate frustată, incapacitate de a discerne, chiar şi atunci când era vorba de probleme de viață banale, incapacitate de a-mi organiza şi controla gândirea, dizarmonie cu tot ce mă înconjura, mintea mi-o simțeam pustie, apatie, absența oricărei voințe, o continuă anxietate, mergând frecvent până la stări de panică, stări depresive atât de puternice că uneori nu mă ridicam din pat cu săptămânile, nelinişte permanentă, neputință de a mă bucura de viață, incapacitate aproape totală de muncă, îndeosebi intelectuală, ba chiar şi în ceea ce priveşte cele mai mărunte activități, izolare de societate, complexe de inferioritate, agitație lăuntrică şi simptome extrapiramidale de încordare musculară şi tremurături, insomnii, obsesii, dependență la medicamente.

Vreme de 3 ani am urmat toate prescripțiile medicale indicate, am fost internat în repetate rânduri la Focşani, Bucureşti, la spitalul

Gh. Marinescu, la prof. Predescu, dr. Corneliu Constantinescu. Diagnostic: "psihoză discordantă". La Tg. Mureş, prof. Grecu Gheorghe mi-a pus diagnosticul P.M.D., iar internările nu mi-au adus nici un câştig în planul sănătății, în ciuda faptului că am utilizat masiv o gamă foarte largă de medicamente, unele dintre ele procurate cu mari eforturi, nefiind trecute în nomenclatorul farmaceutic al țării noastre. Am fost supus terapiei cu şocuri electrice la Bucureşti şi Tg. Mureş şi la come insulinice la Tg. Mureş.

Fişele medicale de la aceste spitale stau mărturie în acest sens.

Cât priveşte acest soi de "tratament" , cel cu şocuri electrice, multă lume o fi auzit de el, dar puțini sunt aceia care au realizat pe pielea lor (mai bine zis pe propria scoarță cerebrală) cât de inuman este acest procedeu.

Şocul distruge celulele nervoase şi dacă bolnavul "beneficiază" de mai multe astfel de "tratamente" are toate şansele să se transforme într-o epavă inconştientă.

La fel de brutal şi de anacronic mi se pare şi tratamentul cu şocuri insulinice mergând până la starea de comă - dacă s-o mai fi făcând astăzi pe undeva în lume aşa ceva.

Oare acest tratament medicamentos mamut care mi se administra, când aveam fesele sângerânde şi pline de noduli din pricina injecțiilor, că mă trezeau din somnul indus de medicamente doar ca să mă cufunde din nou în somn cu o nouă doză, oare aceste electroşocuri şi come insulinice pot fi ele considerate remedii ştiințifice, produse ale cunoaşterii?

Teroarea pe care am trăit-o atunci, cu ocazia efectuării tratamentului cu şoc electric şi comă cu insulină m-a traumatizat adânc sufleteşte, mai ales că această trăire a fost amplificată de instabilitatea mea psihică.

Eram programat, pregătit să nu mănânc, scos din salon, urcat la etaj, legat de mâini şi de picioare, mi se băga în gură un prosop şi într-o fracțiune de secundă eram inconştient. Ca la execuție. Corpul suferea în convulsii violente la trecerea curentului, dar asta n-o mai ştiam. Eram adus apoi inconştient în pat, unde mă trezeam după 12-16 ore. După asta, câteva zile nu-mi mai aminteam unele lucruri.

Momentul acela cât o fracțiune de secundă, al trecerii în neființă, m-a terorizat aşa cum cineva ar fi terorizat de moarte în fața plutonului de execuție.

La tratamentul cu şocuri insulinice mi se făcea insulină şi apoi mă lăsau să mă chinui până intram în comă.

Aceasta a fost trăirea mea autentică, nu vreau să fac pe vulpea înțeleaptă şi moralistă ca să spun eu ce e bine şi ce e rău în lumea asta, acesta este doar punctul meu de vedere cât se poate de subiectiv, că aceste remedii considerate ştiințifice n-au nimic de-a face cu cunoaşterea, că nu există nici o relație între o concepție ştiințifică privind modalitatea de funcționare a organismului uman şi aceste şocuri.

Dumnezeu singur ştie cui anume aparțin ele, ştiinței, mă îndoiesc.

în calitate de fost pacient al acestor spitale psihiatrice, mărturisesc că de fiecare dată când mă prezentam pentru a fi din nou internat, regăseam acolo în spital pe mulți din bolnavii pe care-i cunoscusem anterior.

Excepțiile în care aceşti bolnavi psihici cu afecțiuni mai grave să nu fi alunecat spre stări de boală din ce în ce mai avansate sunt la fel de rare ca şi un corb alb.

Am deschis această paranteză în care am ars într-adevăr puțină tămâie literară amintindu-mi de aceste lucruri, pentru a sublinia ce înseamnă pentru mine bucuria eliberării din acest coşmar. Pentru mine şi mulți alții ca mine şi chiar mai rău, scăparea a fost dl.

Valeriu Popa şi cărarea naturistă de autovindecare propusă de domnia sa.

Viața mea devenise insuportabil de chinuitoare, eram fără exagerare un invalid, o povară pentru familie. Ca o consecință, în anul 1984 am fost reformat din armată cu diagnosticul "sindrom discordant" ca inapt pentru serviciul militar.

Sperasem zadarnic că o să-mi recapăt sănătatea şi asta mă îndemnase mereu să-mi caut vindecarea, încercând cu toată seriozitatea noi şi noi scheme de tratament, până când, la un moment dat, dr. Pricop Elena din oraşul meu natal, în fond un om de bine, pierzându-şi răbdarea şi tactul profesional în fața veşnicei mele declarații cu care intram în cabinet, "mă simt groaznic, tot ce fac este degeaba", mi-a spus fără ocol că trebuie să fiu în continuare ascultător, să fac tratament, pentru că nu e de glumă, din ăştia ca mine stau legați în spital, vindecarea nu este posibilă. Iată deci care era în această situație singura mea perspectivă optimistă probabilă: să n-ajung în cămaşa de forță.

În încercarea de a reduce din periculoasa doză de medicamente, am început prin ianuarie 1984 un tratament cu litium carbonic, încercare reuşită întrucâtva, debarasându-mă de o bună parte din medicamente. Chiar am înregistrat o ameliorare uşoară de fond, prima de la debutul bolii. Mărturisesc că din toate tratamentele efectuate anterior, acesta a fost singurul care a atenuat caracteristicile de fond ale bolii. Puțin mai târziu, în primăvara anului 1984, când l-am întâlnit pe dl. Popa, această ameliorare a avut un rol însemnat datorită dramului de luciditate dobândit şi care m-a ajutat mult să pot colabora cu dl. V. Popa, în sensul înțelegerii căii de urmat. Dumnealui a reuşit imediat să-mi spulbere o oarecare neîncredere, diagnosticând exact, spre marea mea uimire şi bucurie, în doar câteva clipe, afecțiunea de care sufeream precum şi înaltul grad de intoxicare medicamentoasă şi asta fără să-i spun nimic dinainte. M-a consultat cu totul altfel de cum eram eu obişnuit. Undeva, lângă poarta fabricii, lângă nişte instalatori care montau un calorifer, doar mi-a desfăcut cojocul, s-a uitat repede la mine, m-a atins pe mână, pe cap. Mi-a spus că sunt drogat şi m-a

întrebat dacă ştiu ce boală am, dacă ştiu că este un început de schizofrenie. Nu ştiam. L-am întrebat dacă am şanse de scăpare şi mi-a spus că da, dacă respect sfaturile dânsului. I-am zis: "Dacă balastru îmi dați, balastru iau."A doua zi mi-a dat pe o hârtiuță regimul alimentar (pentru boli nervoase). Venisem la consultație împreună cu o fată care fusese internată cu mine în spital, cu acelaşi diagnostic şi aceleaşi simptome. Spre surprinderea noastră, dl. Popa i-a spus că are leziuni pe creier şi i-a dat un cu totul alt regim.

Metoda propusă a fost autovindecarea, o reechilibrare a organismului pe principii naturale, bazată pe regim alimentar lacto-vegetarian, băi, masaje, ceaiuri de plante, alergări, viață ordonată. Momentul întâlnirii cu dl. Popa a reprezentat o cotitură în viața mea, recăpătându-mi încrederea în forțele mele. Judecam, cu mintea mea de atunci, că este o luptă care depinde numai de mine, că nu aveam nici o problemă de sănătate care să mă împiedice să mestec şi să diger orice aliment comestibil, că procurarea acestor alimente îmi este la îndemână, că vreau şi că trebuie să rezist la crizele de eliminare a materialului toxic, că dacă dl. Popa ştie ce este în mine ştie şi ce-mi trebuie pentru recâştigarea sănătății.

Am început tratamentul de autovindecare pe data de 2 aprilie 1984, renunțând încă din prima zi să mai fumez, iar cam după o săptămână, după ce am redus progresiv doza, am renunțat TOTAL şi la medicamente. Această primă etapă de tratament a fost extrem de grea atât pentru faptul că trebuia să mă obişnuiesc cu noul fel de nutriție, dar mai ales din cauza crizelor de eliminare despre care am fost prevenit de dl. Popa că vor fi greu de suportat, dar trecătoare.

Cel mai greu a fost în a 21-a zi de tratament, când a început o criză insuportabilă sub forma unei tensiuni nervoase care atinsese paroxismul şi care a durat aproape o zi întregă. Avea loc desprinderea şi vehicularea elementelor toxice spre organele de eliminare, sângele le conținea în cantitate mare şi-mi dădea aceste stări proaste. Ca o dovadă, urina era de culoare închisă şi mirosea urât.

Pentru atenuarea acestor manifestări ale bolii am făcut băi reci în jumătatea inferioară a corpului care mă mai ajutau puțin şi alergări până la epuizare care aduceau suferința în limita suportabilului, dar foarte puțin timp însă, doar câteva minute, timp în care mă mai odihneam pentru un nou asalt al crizei. Hotărârea mea de a rezista a fost fermă, dar la capătul unei aproape o zi de chinuri -care nu slăbeau deloc în intensitate - epuizat de eforturile depuse, am apelat la o doză de plegomazin, criza fiind atât de puternică probabil şi din cauza faptului că am renunțat prea rapid la medicamente.

Pe durata acestor crize am eliminat o mare cantitate de toxine, acest proces continuând în paralel cu crize din ce în ce mai slabe în intensitate, până la dispariția lor la capătul a 48 de zile de regim când, la o nouă consultație, dl. Popa mi-a declarat că am câştigat 20 de procente de sănătate şi că merg spre vindecare.

De atunci şi până în clipa de față am parcurs un drum ascendent, dobândind odată cu trecerea timpului, cu tenacitate şi cu foarte mari eforturi, o stare de sănătate din ce în ce mai bună.

În prezent - şi de vreo câțiva ani buni - mă simt bine, am ieşit din această prăpastie a bolnavilor cu diagnosticul "psihoză discordantă", ducându-mi viața fără să mă simt bolnav şi nefericit, ci sănătos fizic şi psihic şi optimist. Şi asta în condițiile în care din 1984, cu excepția câtorva aspirine sau algocalmin, nu am mai făcut uz de nici un alt medicament.

Sunt în deplinătatea facultăților mentale şi pot prin eforturi proprii să-mi determin singur viața.

Autovindecarea n-a fost rapidă, cu rezultate spectaculoase imediate, ci muncită, gradată în timp, până să ajungă să fie deplină. Eforturile depuse au fost foarte mari, fiind necesară multă răbdare pentru a recâştiga bucuria clipei trăite, capacitatea de muncă şi de rezistență la stres.

Încet-încet, prin strădanii, mi-am depăşit condiţia de marginalizat, încadrându-mă în muncă, căsătorindu-mă, făcându-mi prieteni, în sfârşit, integrându-mă în societate. Sunt cârmaciul existenţei melc.

Viaţa cu durele ei examene şi timpul demonstrează că această vindecare nu este efemeră. Am trăit şi eu - la fel ca majoritatea dintre români - nesiguranţa, frica zilei de mâine, provocate de convulsiile economico-sociale ale perioadei prin care trecem din 1989 încoace. Am muşcat şi eu din mărul pădureţ atunci când am avut decepţii, neîmpliniri, pierderi. Nu m-am ferit să trăiesc în mijlocul vieţii şi nu am dat bir cu fugiţii din faţa ei ascunzându-mă în vreun salon spitalicesc, sau apelând din nou la medicamente.

Din punct de vedere medical unanim acceptat, şansa unei îmbunătăţiri a stării mele de sănătate ar fi depins de un tratament medicamentos corect dozat, pe fondul unor condiţii de existenţă favorabile pentru psihic, adică securitate, satisfacţii personale, afectivitate. Orice mică problemă, orice nor, era pentru mine o cauză ce declanşa o adevărată cădere psihică, fiindu-mi recomandat un regim de viaţă cel puţin protejat, un fel de viaţă la fără frecvenţă. Ori viaţa mea n-a fost deloc ca într-o seră. Dimpotrivă. Recent, într-o discuţie cu fostul meu medic psihiatru din Focşani, am întrebat dacă pot fi declarat vindecat în urma unei minuţioase testări, etc, într-o clinică de psihiatrie din ţară. Mi s-a răspuns că nu. Indiferent cât de evident este că mă simt bine, indiferent că aş trece toate testele, eu nu pot fi declarat "sănătos" şi vindecat cu acest diagnostic pentru că aşa ceva încă nu s-a mai văzut, cel mult aş putea fi considerat un bolnav în remisie temporară, adică o stare de echilibru temporar, mai bună, în cadrul aceleiaşi boli.

Recomand drept subiect de reflectare medicilor şi semenilor mei care caută o ieşire din infernul suferinţei provocate de această boală, activitatea şi personalitatea d-lui Valeriu Popa, un adevărat om de suflet, care prin acumulările domniei sale, fără a avea însă o diplomă de medic, m-a condus cu competenţă pe drumul redobândirii sănătăţii.

Cazul meu nu e singular. Am fost martor la atâtea diagnosticări întotdeauna foarte exacte şi am cunoscut mulți autovindecați, foşti bolnavi incurabili, oameni pe care lumea medicală i-a clasat ca pierduți.

Sunt foarte mulți, din ce în ce mai mulți, cei care pornesc călăuziți de ing. Valeriu Popa pe drumul autovindecării, mereu sporeşte numărul celor care, împreună cu dânsul, au devenit învingători ai maladiilor considerate incurabile.

Reîntoarcerea mea şi a acestor oameni în mijlocul vieții nu este un basm, ci un fapt şi el nu poate fi negat.

Fac această remarcă pentru că unii medici, din necunoaşterea obiectivă a fenomenului Valeriu Popa, ba chiar şi din răutate, l-au jignit fără scrupule, etichetându-l în tot felul.

Ori dl. Popa nu merită asta, dimpotrivă. Chiar dacă are altă meserie decât cea de medic, dânsul a slujit cauza sănătății ca nimeni altul, probând, pe lângă competență în acest domeniu, calități morale pe care le manifestă la modul cel mai elevat, calități care - să mă ierte Dumnezeu - lipsesc la atât de mulți medici. Nu întâmplător lumea îi spune "nenea Omu", sau "tata Valerică", pentru că dânsul a dăruit şi noi am primit. El n-a pretins şi nu a luat pentru ajutorul dat nici o recompensă materială. În schimb l-am văzut bucuros ori de câte ori vreun bolnav îi aducea vestea că punând în lucru sfaturile sale îşi recăpătase sănătatea.

În toți aceşti ani am avut ocazia să îl cunosc mai bine şi mi-am dat seama că adevărata sa menire este înmulțirea binelui în lume prin trezirea oamenilor la o viață morală, curată, la întoarcerea semenilor săi cu fața spre Dumnezeu.

Starea de sănătate nu depinde numai de întreținerea corpului fizic prin igienă şi alimentație sănătoasă. De aceea, dl. Popa îndrumă pe toți aceia care îl caută sincer, să realizeze în ființa lor o stare de sănătate spirituală cât mai deplină - o stare în care întrega noastră ființă este acordată armonios ritmurilor Naturii. Altfel, călcând

legile înțelepte ale Naturii prin comportamentul nostru, nu vom putea niciodată să ne eliberăm cu adevărat de boală şi suferință.

Cât despre mine, întâlnirea cu dl. Popa n-a însemnat "doar" vindecarea bolii de care suferеam, ci mai ales extraordinara fericire de a fi descoperit - la capătul drumului către vindecare - credința în Dumnezeu, după ce toată viața am fost cel mai smintit ateu.

De aceea recunoştința mea este diferită de cea care se cuvine unui terapeut de la pacientul său.

Pentru mine, dl. Popa Valeriu a fost şi va rămâne un adevărat părinte spiritual, un Om căruia îi port şi îi voi purta în suflet până la sfârşitul Timpului, o deosebită afecțiune.

Şi ca mine sunt cu sutele, dacă nu chiar cu miile.

Focşani, 9 aprilie 1996. Ionescu Raul Dan.»

***

Odată, întrebat de un reporter care sunt percepțiile şi senzațiile resimțite atunci când investighează corpul unui pacient, când apropie mâna de el sau numai de o fotografie, dl. Popa răspunde:

«Când vibrațiile sunt puternice, simt în vârful degetelor nişte înțepături. Desigur, senzația este extrem de nuanțată, deoarece şi vibrațiile sunt diferite pe suprafața aceluiaşi organism, dar tocmai din această cauză, după ani de observații şi auloobservații pot astăzi să stabilesc intensitatea sau originea unor dezechilibre de ordin fiziologic sau a unor afecțiuni organice. Explicația mi-a dat-o după ani de zile electronografia. Aceasta a demonstrat că la un organ bolnav emisiunile bioenergetice sunt diferite de cele ale unui organ sănătos. Diferite chiar înainte ca boala să poată fi identificată clinic sau prin aparatura clasică de laborator. Au fost construite de asemenea detectoare electronice care, la fel, înregistrând fasciculele bioenergeticc semnalează că în locul respectiv s-a

instalat sau este pe cale să se instaleze o afecțiune. Ei bine, toate acestea eu le percep în mod natural.

Senzația de înțepătură este uneori însoțită de senzații gustative. Acestea constituie alte indicii în diagnosticarea unor afecțiuni: senzația de dulce îmi semnalează o hiperglicemie, cea de amar o afecțiune la bilă sau la ficat, cea de iod o lipsă de iod în organism, cea de sărat o afecțiune pulmonară şi aşa mai departe. În sfârşit, observații îndelungate mi-au mai permis să constat că înțelegerea şi comuniunea sufletească este mult mai posibilă între persoane cu câmpuri bioenergetice asemănătoare. Aşa s-ar explica între altele marile amiciții, dragostea la prima vedere, sau antipatiile nemotivate. Îmi amintesc de un experiment făcut în țara noastră. Cu ani în urmă, un biofizician a invitat într-un laborator de electronografie trei persoane: un bărbat, soția sa şi prietenul de familie al celor doi convivi. Experimentatorul a electronografiat la început, în acelaşi cadru, mâna soțului şi cea a soției. Halourile bioluminiscente au dovedit o totală neconcordanță şi o tendință de respingere reciprocă. A fost repetată experiența, de data aceasta aflându-se în cadru mâna soției şi cea a prietenului de familie. De data aceasta, armonia câmpurilor bioenergetice a dovedit atracție şi, ulterior, biofizicianul a aflat ceea ce dealtfel electronografia îi demonstrase în mod elocvent: cei doi soți conviețuiau într-o atmosferă de permanente conflicte, în vreme ce soția şi tânărul "prieten de familie" se iubeau în ascuns şi plănuiau să se căsătorească.

Asemenea constatări mă determină să presupun că în viitor, medicina, psihologia, sociologia, vor ține seama şi de împărțirea indivizilor pe grupe energetice, la fel cum astăzi, în terapeutică se are în vedere grupa de sânge a pacientului»

Altă dată, întrebat dacă întrezăreşte o şansă ca omul să se apropie de sine, să se regăsească, dl. Popa răspunde: "Da, prin spiritualitate, prin frica de el şi de Dumnezeu, cu alte cuvinte prin ordine şi disciplină."

Şi fiindcă drumul vieţii este de obicei lung, iată şi câteva sfaturi utile în viaţa de zi cu zi.

Pentru calmarea durerilor de măsele: - un mic tampon de vată muiat într-o soluţie concentrată de permanganat de potasiu, pus la măseaua bolnavă.

- un mic tampon de vată îmbibat în Menthol 2 gr. + Camphor 2 gr. introdus în măsea şi schimbat la o jumătate de oră.

- băgaţi în urechea de pe partea măselei bolnave o bucăţică de vată îmbibată într-un amestec compus din părţi egale de Eter + oţet + apă de colonie.

Cum puteţi afla dacă smântână este naturală.

- se cunoaşte turnând o picătură de iod peste o părticică din ea. Dacă este naturală atunci iodul îşi păstrează culoarea. Dacă nu c naturală, iodul îşi schimbă culoarea în albastru.

Pentru a activa creşterea părului, masaţi regulat rădăcinile cu ceai de muşeţel foarte concentrat.

Dacă a pătruns un corp străin în ochi, acesta se poate îndepărta mişcând pleoapa de jos înspre nas, în acest fel corpul străin trecând în colţul dinspre nas al ochiului, putând fi îndepărtat cu puţină vată sau cu colţul unei batiste curate.

Contra mătreţei se pot face frecţii la rădăcina părului cu rom (3/4) şi ulei de ricin (1/4).

Pentru otrăvirile cu ciuperci. Deoarece în aceste situaţii scade zahărul din sânge, până la venirea medicului, daţi celui intoxicat zahăr.

În caz de leşin se freacă cu oţet tâmplele şi încheieturile mâinilor. La fel se procedează şi în caz de răceli sau dureri de cap. E mai bun dacă se lasă la macerat în oţet petale de trandafir.

Pentru îngrijirea dinților orientalii au obiceiul să mestece bucăți de rășină gălbuie, iar la noi nalba are aceeaşi proprietate. Căpşunile şi lămâile au darul de a scoate tartrul de pe dinți, iar cenuşa şi apa oxigenată slab concentrată au şi ele proprietatea de a albi dinții.

Dacă picioarele dvs. sunt dureroase sau mai cu seamă aveți arsuri după ce ați umblat mult, frecați-le seara cu puțin alcool, apoi cu untdelemn de măsline.

Dacă aveți ochii înroşiți, inflamația dispare dacă îi spălați cu apă caldă în care se pun câteva picături de apă de fenicule (anason moldovenesc).

Pentru oprirea hemoragiilor nazale puneți comprese reci pe frunte şi pe ceafă. Apăsați nara sănătoasă cu degetul şi respirați adânc şi de mai multe ori prin cealaltă nară.

MĂRTURII CUTREMURĂTOARE

«Anul 1977. Am făcut operaţie de tiroidectomie subtotală la Institutul Endocrinologie C. I. Parhon şi ulterior, timp de câteva luni, tratament cu vitamine, calciu, oxazepam, cu creştere calcemică. După câţiva ani au apărut dischinezia biliară, lipsa de calciu, insomnii, constipaţie şi un rău general.

Nu am fost prea alertată deoarece lucrasem în trei schimburi la Combinatul de Celuloză şi Hîrtie Brăila, la C.T.C. Fiind singură, cu un copil, a trebuit să lupt cu ziua de mâine din răsputeri (am avut două căsătorii care au fost un dezastru, un calvar). Deoarece eram şi o fire singuratică, nu am mai avut o viaţă intimă, dar nici nu simţeam nevoia. A trebuit să lucrez şi "de mână" după serviciu până când a terminat băiatul facultatea, deci toate le-am pus pe seama oboselii.

Anul 1990. în luna iulie am avut o explozie în bucătărie, produsă de o oală sub presiune, care a fost atât de puternică încât aragazul a fost distrus, plus tot ce era pe chiuvetă, frigider şi masă. S-a deschis şi frigiderul, din bufet totul s-a făcut praf, eu eram în bucătărie cu capul pe geam, geamul era deschis, până şi perdeaua de la geam a zburat pe deasupra capului meu. Eu nu am auzit nimic, nu m-a lovit nici un obiect şi nici din mâncarea împrăştiată pe plafon şi pe pereţi; nu am auzit nici un fel de zgomot, la uşa mea erau adunaţi toţi vecinii din bloc. În schimb la cap, mai precis la ceafă, în partea dreaptă a capului am descoperit o malformaţie mare ca un ou, care după câteva zile a dispărut. După circa 10 zile am făcut crize spasmofilice. O Salvare mă lua de acasă la spital şi alta de la serviciu.

Anul 1991. Am fost internată la endocrinologie, spitalul C. I. Parhon, iar după externare m-am simţit tot mai rău. În toamnă, în luna septembrie am făcut un gen de pareză la mâna stângă, crize de nervi; nu mai dormeam de loc, aveam dureri de cap, de ceafă, dureri în piept şi în partea stângă nu mai auzeam de loc, simţeam un bâzâit în urechi, ameţeli, stări depresive, o excitaţie sexuală cu dureri, nu aveam stabilitate şi leşinam deseori. Toate acestea s-au

declanşat după explozie. Atunci m-am internat la spitalul de specialitate din Brăila. După 8 săptămâni de tratament (nu vreau să-mi mai amintesc) eram tot la fel de rău. cu toate că înghițeam zilnic un pumn de medicamente. După externare am ajuns la Bucureşti, la Policlinica Batistei unde dr. D. Ionescu de la endocrinologie m-a ajutat să fac analize, dar lot degeaba că din zi în zi mă simțeam tot mai rău. Diagnosticul era: sindrom nevrotic depresiv şi anxios, spondiloză cervicală, dischinezie biliară, hipocalcemie, hipotiroidic, dereglare hormonală, constipație şi nu mai ştiu ce.

În toamna aceluiaşi an am ajuns la dl. ing. Popa Valeriu care mi-a dat un regim de dezintoxicare cu apă distilată 21 de zile, apoi regim vegetarian. Toată acea perioadă de 21 de zile cât am băut apa distilată făceam crize spasmotilice cu stări de nervi zi şi noapte, nu dormeam deloc, a fost o luptă pe viață şi pe moarte. La clismele pe care le făceam se elimina puroi, bucăți de pieliță cu puroi şi au ieşit şi doi viermi (carcasa) de circa 10 cm. După terminarea tratamentului nu am mai avut crize de spasmofilie şi leşinuri, dar bine tot nu eram. Pe dl. Popa nu l-am mai găsit până în august 1993, în schimb o consultam pe d-na Tudor. La sugestia dânsei am făcut regimul BG1.

Mă întorc la anul 1992. In august am făcut o criză de fiere. După 10 zile de tratament cu apă distilată am eliminat două bucăți cam de 1 cm ca o scoarță de copac flexibilă, de culoare albastru închis cu lentă de negru (aşa am văzut eu).

Anul 1993. La începutul lunii august a dat Dumnezeu de l-am găsit pe dl. Popa. A văzut că nu sunt bine şi mi-a dat tratamentul cu urină, câtă suferință şi chin. În iarna anului 1993-1994 simțeam un lichid fierbinte în urechi ce parcă ar fi vrut să iasă dar nu putea.

Anul 1994. În august a început să se elimine un lichid sărat pe gât, nu puteam să expectorez şi m-am speriat. Dl. Popa nu era de găsit şi am hotărât să țin 10 zile de apă distilată. Cu cât beam mai multă apă distilată cu atât curgea tot mai mult lichid; nu ştiam ce să fac, pe cine să întreb, am trecut iarăşi cinci zile pe urină, apoi a început

să curgă un terci amar, (atunci am realizat că a început să se elimine acel puroi din cap).Terciul s-a scurs timp de 5 zile, apoi au apărut iarăşi dureri de cap de parcă era jăratec în creştetul meu, ochii mi se injectau, nu mai vedeam, inima îmi bătea foarte tare, la venele de la tâmple şi de pe mâini mi se făceau proeminențe, la față eram palidă şi leşinam. După aceste dureri, timp de 7 zile a curs puroi sub toate formele, coji, bucăți mari gelatinoase, terci. Tot în august am simțit o pocnitură în urechea dreaptă cu dureri mari, apoi cîteva zile mi-au curs din creştetul capului şuvițe de lichid fierbinte. Cu cât curgea mai mult simțeam o lumină lăuntrică şi o uşurare, nu mai auzeam în urechi acel zgomot când aveam impresia că mergea un motor în capul meu. În noiembrie 1994 au început iar leşinurile, în special dimineața, tot atunci îmi pierdeam şi cunoştința. Tot în acea lună am constatat că venele de pe mâini nu mai erau proeminente, uneori chiar deloc şi am plâns mult de bucurie, mi-am dat seama că şi-a dat drumul circulația generală a sângelui. De când am început terapia cu urină şi până în luna aprilie 1995 am fost în permanență plină de bubițe, după care au dispărut.

Decembrie 1994. Dureri crunte de cap, palpitații. Într-una din zile a fost aşa de rău că a trebuit să stau la pat, de la orele 17 şi până la 2 noaptea a fost de nedescris, toate mă dureau, ceafa, creştetul, tâmplele cu umerii, aveam febră, îmi ardeau ochii, nu puteam să-i țin deschişi, inima îmi bătea tare, sângele, pulsul la fel, fierea mă durea, o simțeam cum se întoarce, aveam senzații de vomă şi greață, mă dureau toate venele, amețeli, aşteptam sfârşitul, spaimă, aşteptam să se producă o comoție cerebrală, aşa de rău îmi era şi am leşinat. Leşinul a durat 30 de minute - când m-am trezit nu-mi venea să cred că sunt vie, am început să-mi pipăi mîinile, picioarele şi m-am ridicat din pat. Hram aşa de sfârşită că abia mă țineam pe picioare; pe mâini, față şi burtă eram plină de bubițe de mărimea unui bob de porumb, apoi am avut scaun o diaree puternică şi toate bubițele au dispărut. Din acel moment mi-am simțit mâinile şi picioarele călduțe tare (erau roşii), căci până atunci fuseseră ca gheața de ani de zile, nici nu mai ştiu de când.

Ianuarie, februarie 1995. Aveam aceleaşi dureri, astăzi ele sunt mai blânde, tot se mai elimină puroi pe gât, pe nas şi urechi nu. După ce se elimina puroiul, de fiecare dată simţeam cum mă dor venele în cap, mă usturau, simţeam cum circulă sângele şi prin vene care fuseseră atrofiate ca un lujer uscat. Şi astăzi mai sufăr, dar dorm ca un om normal, sunt liniştită, îmi simt capul tare uşor şi luminos în interior, am speranţa că va veni şi ziua cea mare, fiindcă totul are un început şi un sfârşit. Mai am stări de rău, mai ales când este nor, cald, sau la schimbarea de temperatură; uneori simt o durere, ca o rană în partea dreaptă a capului, cam ustură. Îmi este teamă de sechele în urma acelei explozii şi că mi-a dereglat sistemul nervos. Se curăţă şi fierea, am dureri mari, înţepături, apoi ustură şi arde, senzaţii de vomă şi greaţă.

Mai ştiu că nu sunt bine până nu se va elimina tot puroiul din cap, ce mă îngrijorează sunt acele crize ce apar pe fond nervos, cred. Am început să îmi cunosc mai bine organismul şi sper să se termine totul cu bine. Am luat în greutate, asta denotă că organismul a început să-şi reechilibreze funcţiile. Şi la faţă m-am schimbat (mai sunt puţin palidă), adică nu arăt a fi om bolnav.

În luna decembrie 1995, pe 4, se împlinesc 4 ani de calvar, tratament, regim, groază şi suferinţă - fără medicamente.

Nu ştiu cum să mulţumesc bunului Dumnezeu şi d-lui Valeriu Popa, nu-mi găsesc cuvintele. Doresc d-lui Popa zile bune, senine şi linişte sufletească. Datorită dânsului astăzi trăiesc şi sunt iarăşi Om. Cu toate suferinţele îndurate, pentru mine nu există acel "nu pot". Există doar "nu vreau"; dacă ai voinţă şi credinţă în Dumnezeu, totul este bine, la aşa boală trebuie aşa tărie, o voinţă de fier şi eu am reuşit.

17 iulie 1995 - Brăila, Cristea Monica.»

***

« ing. TINCA LUNG

SCRISOARE CĂTRE PRIETENI NECUNOSCUȚI

Motto:
Dedic aceste rânduri celui care m-a ajutat să mă nasc din nou, d-lui ing. Valeriu Popa, fiicei mele Luminița, prietenilor mei şi întregii mele familii, ca mărturie a experienței la care au asistai pentru refacerea sănătății mele. (1995)

Mă numesc LUNG TINCA, domiciliez în Bucureşti, am 45 de ani şi lucrez la Institutul de Cercetări şi Proiectări pentru Mecanică Fină din Bucureşti pe funcția de cercetător ştiințific în specialitatea TCM.

În rândurile ce urmează voi prezenta pe scurt experiența mea de viață din ultimii 4 ani, nu prin prisma unui om bolnav, ci a celui care la un moment dat s-a trezit cu o problemă pe care nu o putea controla şi a selectat din mai multe metode posibile pe cea care pornea de la stabilirea cauzei bolii şi nu urmărea vindecarea efectului. Desigur, această opțiune te transformă în singurul vinovat de ceea ce ți s-a întâmplat şi, mai ales atunci când eşti de meserie inginer şi nu medic situația este foarte dificilă pentru cel în cauză şi foarte greu de acceptat de cei din jur.

Fiecare om este o poveste, un destin; cum nu sunt doi oameni la fel, tot aşa nu sunt nici două regimuri alimentare la fel, fiecare individ arc particularitățile lui de care trebuie să se țină seama când se prescrie o anumită metodă de vindecare.

în anul 1991, mai precis la data de 8 mai 1991, din motive de sănătate a trebuit să-mi reconsider regimul de viață atât cel alimentar cât şi cel spiritual. Dar de fapt ce m-a determinat să fac acest lucru ? Răspunsul este sincer şi poate fi confirmat de familia mea, de analizele medicale şi de consultațiile de specialitate ale

unor medici recunoscuți pentru probitatea lor profesională. Dar, să încep cu începutul.

De când mă ştiu nu am avut o sănătate prea robustă. Răcelile frecvente tratate conform prescripțiilor medicale cunoscute au generat un consum exagerat de antibiotice, dar nici cu acestea nu s-a putut evita operația de polipi şi amigdale pe care am făcut-o la vârsta de 7 ani, operația de apendicită la vârsta de 8 ani, congestii pulmonare şi viroze anuale. La acestea adaug şi celelalte afecțiuni stabilite pe cale medicală până la data de 8 mai 1991: constipație cronică, hipertensiune arterială oscilantă stadiul II, hipertiroidie, hepatită cronică agresivă, ficatul mărit în volum cu ecodensitați mai crescute, neomogen, splina mărită, uterul mărit cu pereții îngroşați, aspect fibromatos, cu noduli, hiperaciditate, tahicardie sinusală, sinuzită frontală, dischinezie biliară, ciclu menstrual foarte neregulat, otită, dureri foarte mari de cap şi altele.

Ca urmare a ciclului neregulat şi a Rh-ului negativ am făcut un număr de 15 avorturi, având dreptul legal să fac aceste întreruperi, ca urmare a unui titru foarte mare de anticorpi care se creau în corpul meu cu fiecaie nouă sarcină. Acest bagaj fiziologic l-am dus până în luna mai 1991, când starea toxică a corpului devenise atât de mare încât nu mai puteam mânca, tot ce luam vomitam, ajungând în final să vomit sânge.

În toată această perioadă am luat zeci de medicamente, care de care mai recomandate şi mai greu de procurat, majoritatea dintre ele fiind străine, dar fără să găsesc măcar un singur medicament de la care să simt cât de cât o ameliorare a stării mele. Am avut multă răbdare şi cu investigațiile medicale, urmărind toate pistele pe care le deschideau medicii, dar deprecierea sănătății începuse să se facă rapid, concomitent cu scăderea rapidă în greutate. Simțeam o stare de epuizare psihică şi fizică de nedcscris. Tot ce făceam parcă făceam cu ultimele mele puteri. În toată această perioadă viața decurgea aparent normal, cu problemele de familie şi cele de serviciu care se înscriau în limite normale, dar eu nu mai eram în stare să le țin sub control.

Totul a culminat cu vomele de sânge, deşi eram sub tratament medical şi cu un regim alimentar pe măsură (2 luni am mâncat numai friptură la grătar, pâine prăjită şi ceai). A venit vremea să nu le mai accepte corpul nici pe acestea. Cu toate medicamentele pe care le luam, vomam într-una sânge.

În acest punct s-a oprit colaborarea mea cu lumea medicală. M-am convins de faptul ca se urmărea numai atenuarea efectelor bolii şi că dacă aş fi mers mai departe s-ar fi impus o operație chirurgicală la stomac, presupunând că acolo exista un ulcer activ. Nu puteam accepta că stomacul era singurul organ bolnav şi că dacă mă duceam la operație s-ar fi rezolvat problema mea. Şi celelalte organe sufereau (câte nopți nu dormeam din pricina durerilor de inimă şi a stărilor de sufocare). Ce ar fi însemnat, venea rândul fiecărui organ? Este oare corect să existe cabinete medicale pe specialități ?

Un medic te tratează numai de tiroidă, altul numai de inimă, altul numai de ficat, altul numai de nervi, de parcă la un moment dat, în corp nu ai avea decât fie numai tiroidă, sau numai inimă sau numai ficat, etc. Pentru nimic în lume aceste organe nu se pot separa. Atunci de ce aceste discriminări ? Ori, în aceste condiții, fie toți medicii pe toate specialitățile sunt în acelaşi cabinet sau toate specialitățile sunt cunoscute de acelaşi medic. Altfel nu se poate. Ei trebuie să fie toți în acelaşi moment când se pune un diagnostic, ori se interpretează analize, când se prescriu rețete, nemaivorbind de faptul că trebuie să fie şi de acord cu ce recomandă pacientului lor.

Oare să fi fost eu mai ghinionistă decât alți pacienți că am umblat de la un cabinet de specialitate la altul ani în şir fără să am vreun rezultat bun ? Mă îndoiesc, şi de s-ar face un sondaj pe tema aceasta, 99% ar gândi ca mine.

Cu recunoştință mă plec în fața tuturor metodelor care îl învață pe om să-şi trăiască zilele pe care i le-a dat Dumnezeu în sănătate şi linişte. Nu sunt împotriva medicinii în general, ci a metodelor pe care le foloseşte. Este toarte important să ai analize medicale corecte, complete şi bine interpretate. Ele îți dau o imagine

orientativă a stării de sănătate. Nu ai voie să cataloghezi că totul este în ordine când anumite valori sunt depăşite, sau să nu ai un grafic comparativ prin care să urmăreşti tendințele corpului ca urmare a tratamentului aplicat. Şi asta repede!

Acestea au fost considerațiile care m-au determinat să-mi concentrez atenția şi efortul spre căutarea cauzei bolii mele, renunțând la atenuarea doar a efectului prin calmarea durerilor, fiind de la sine înțeles că dacă nu se rezolvă cauza nu poate fi vorba de vindecare.

Desigur, nu este o decizie uşoară să te aventurezi într-o cercetare pe un domeniu care îți este străin, mai ales când c vorba de propria-ți persoană. Mă rugam la Dumnezeu să-mi scoată în cale un Om care să-mi îndrume paşii, căci eram hotărâtă să încerc altă metodă decât aceea pe care o urmam de ani de zile cu rezultate din cele mai dezastruoase.

În aceste condiții m-am dus la dl. ing. Valeriu Popa, care mi-a pus un diagnostic rapid şi fără ezitări: boli grave, stadiul 3,5 (leucemie) şi mi-a recomandat un regim cu apă distilată 14 zile, 2 litri pe zi şi 2 clisme, dimineața cu ceai de muşețel, seara cu ceai de rostopască, 7 zile revenirea, după care regimul BG1.

De la începutul regimului m-am hotărât să țin un jurnal, pentru a consemna evoluția stării mele de sănătate. Acum realizez cum drama fiziologică se împletea cu cea psihologică. Pe lângă faptul că mă simțeam bolnavă fizic, mă simțeam bolnavă sufleteşte, nu eram înțeleasă de familia mea, în special de soțul meu şi de fiica mea, intrând în conflict cu ei adesea.

Nu pot să spun că ce a urmat a fost uşor, dar aveam convingerea că oricât de greu va fi, voi reuşi să depăşesc situațiile, în pofida aspectului exterior al fizicului meu, care se deprecia vizibil (în 2 luni de zile am slăbit 1.7 kg., mai puțin la început, după care procesul de slăbire s-a accelerat). Nu mă îndoiam nici o clipă că voi reuşi, mintea parcă devenea mai limpede (deşi eram acuzată că nu mai gândesc normal) şi simțeam în mine o tenacitate de

nezdruncinat față de cei care încercau să mă convingă să abandonez tratamentul. Felul cum arătam îl demoraliza foarte tare pe soțul meu, care încerca în toate felurile să mă abată de la hotărârea mea, mai ales şi pentru faptul că era foarte gurmand, hrănindu-se din belşug cu carne, pâine, sare, ciocolată, băuturi răcoritoare, etc., iar eu, acum nu trăiam decât cu apă distilată. Soțul meu era cu adevărat speriat de starea mea. A încercat în toate chipurile să mă facă să renunț, dar nu avea cu cine să discute. Aşa că au început discuții foarte tari, care ne epuizau pe amândoi, dar eu eram foarte fermă pe poziție, iar pe soțul meu, cu durere în suflet, îl vedeam în pragul nebuniei.

Ce mult îmi lipsea liniştea ! Eram la început de drum, aveam nevoie de timp şi linişte ca să mă documentez, să citesc lucrări de medicină naturistă care impuneau, fiind scrise de medici de meserie (Jean Valnet, Ernst Gunter, Henry G. Bieler, Viorel Olivian Pascu, etc), precum şi cărți din domeniul spiritual.

Perioada de început a fost marcată de o stare de slăbiciune de la sine înțeleasă, dar şi de dureri îngrozitoare de inimă, de cap, greață şi de foarte multe vome (vomitam numai lichid verde, amar, însoțit de regurgitare acidă care parcă-mi ardea timpanele). În toată perioada cu apa distilată nu am mai vomitat niciodată sânge, şi de altfel nici mai târziu. Pe limbă au apărut zone mari de plăgi, aveam răni, de parcă băusem ceva clocotit. Mă simțeam epuizată şi pentru faptul că nu puteam să dorm noaptea, orele de insomnie completă fiind cel mai frecvent între orele 24 şi 5 dimineața, după care urma o perioadă de relaxare până la 6 dimineața, iar ziua nu puteam să dorm niciodată. Nu cred că în două luni să fi reuşit să dorm zece nopți, adunate orele pe toată perioada. Insomniile mă chinuiau, cu sănătatea eram pe muchie de cuțit, iar soțul meu, prin discuțiile zilnice pe care le aveam, îmi consuma şi bruma de energie care îmi mai rămăsese. Stăteam permanent cu geamul deschis, deşi la începutul regimului vremea a fost rece. Simțeam nevoia de aer, deşi sunt de felul meu o friguroasă.

Studii medicale au demonstrai că, pentru a se hrăni, corpul are nevoie de 3-4 kg. de alimente în 24 de ore, echivalentul a 13-14

litri de aer. Aşa îmi explic şi eu, pentru perioada de început, nevoia celulelor de aer, pentru a se produce arderile toxinelor din corp.

Aceasta era karma mea, trebuia să renasc din propria cenuşă, să-mi ard karma veche prin suferinţă şi să încep construirea unui nou destin. Am ajuns să înțeleg ce însemnătate are suferința, că fără ea nu există vindecare, că ea ne transformă atît în plan fizic cît şi mental. Simțeam cum mentalul controlează fizicul, mă înarmam cu multă răbdare căci toate acestea trebuiau să treacă odată, doream să parcurg lecția până la capăt ca să pot trage concluziile corecte.

Acum, când scriu aceste rânduri nu sunt urmărită de nici un resentiment față de atitudinea soțului meu şi a celor din jurul meu; am înțeles că nu suntem întâmplător laolaltă într-o familie şi că toți din jurul meu erau necesari pentru evoluția mea. Noi trebuie să evoluăm împreună urmărind legile universului, acele 10 porunci atât de bine exemplificate în Biblie, deci nu ai voie să fugi abandonându-ți aproapele şi punându-te cumva la adăpost de agresiunea lui. Pot să afirm cu siguranță că cel mai dur examen din această viață nu este cel de bacalaureat, de absolvire a vreunei facultăți sau alte examene pentru diverse titluri şi onoruri, ci este cel pe care îl dai zilnic în fața familiei tale.

Aici eşti testai în profunzimile ființei tale, având tot timpul la dispoziție liberul arbitru, pentru a te face răspunzător de tot şi de toate câte faci şi gândeşti, căci ele se înregistrează şi când vei veni din nou la viață te vei întâlni cu efectele comportamentului tău. Atunci vei începe să îți măsori gândurile, vorbele, faptele, nu te mai laşi antrenat în situații care nu îți vor aduce nici o creştere spirituală. Gândul este o formă vie, l-ai emis, el se află în câmpul tău energetic şi acționează, el nu mai poate fi anulat oricâte păreri de rău ai avea după aceea. Omul este materie, deci substanță (corpul fizic) şi câmp (structurile informaționale).

Dacă în sufletul omului există dorința sinceră de a se înțelege cu aproapele lui, iertând şi sperând, fără ranchiună şi orgoliu, chiar dacă pe moment lucrurile par ireparabile, Dumnezeu va găsi o cale ca acei oameni să se iubească. Acolo unde omului nu îi este cu

putință, îi este cu putință lui Dumnezeu. Nu trebuie să fugi, pentru că în felul acesta ai ratat acest examen, pe care în mod sigur vei fi obligat să-l dai de atâtea ori până îl vei lua.

Omul, în procesul de discernere, face apel permanent la liberul arbitru, el având posibilitatea să aleagă o alternativă din mai multe. Dacă alegerea lui nu este sincronizată cu legile universului, noul destin pe care şi-l construieşte nu va fi prea fericit. Prin liberul arbitru se constată de fapt calitatea spiritului şi nivelul energetic pe care omul se situează.

Am văzut că nu toți oamenii sunt la fel, există ceva care îi diferențiază, de fapt gradul de asimilare a legilor Naturii, căci până la urmă cu toții trebuie să le învățăm, dar unii se străduiesc mai mult, alții mai puțin, ca la şcoală, mai rămân şi repetenți, dar viața îi trage înainte.

Am făcut această prezentare pentru aceia care doresc să înceapă acest regim, să înțeleagă că fără o puternică credință în Dumnezeu şi o voință puternică nu există reuşită.

Referitor la credință aş vrea să spun că de cea mai mare însemnătate este legătura dintre faptă şi vorbă, nu este suficient să spui că eşti credincios, trebuie să şi dovedeşti, altfel credința fără fapte este moartă. De mare importanță pentru cel bolnav este ca el să se pătrundă de principiile moralei religiei de care aparține, să le cultive, să le înțeleagă şi să le aplice. Prin aceasta va găsi răspuns la toate întrebările sale... Dialogul sincer cu Divinitatea produce sesizarea voită a subconştientului asupra faptelor negative din viața omului, care se vor rememora într-un context conjunctural. Subconştientul va căuta să controleze atitudinile individului când va fi pe cale să săvârşească din nou aceleaşi fapte negative. De fapt taina euharistiei (a spovedaniei şi împărtăşaniei) ajută să îți accepți soarta şi îți crează acea iluminare de care ai atâta nevoie pentru a-ți făuri un viitor mai bun. Omul are nevoie de o instanță pământească, alta decât cea legală, unde să se întâlnescă cu propria-i conştiință, şi asta cât de des posibil, căci viața te împinge ba spre un mal ba spre altul, nu întotdeauna navighezi corect. Acest

lucru se realizează prin taina spovedaniei şi a împărtăşaniei, senzibilizând subconştientul omului care va avea un rol mai mare în deciziile ce vizează liberul arbitru. Dacă pe un copil îl înveți de mic toate acestea, posibilitățile de a greşi în viață sunt mai mici. Din păcate, majoritatea părinților din ziua de azi suportă consecințele unei educații care a distrus în primul rând spiritualitatea. Ne vom reface greu, dar ne vom reface.

Să nu ne considerăm nevinovați de ceea ce ni se întâmplă, să admitem că am greşit, că trebuie să plătim pe măsura faptelor noastre, iar în continuare să deschidem bine ochii.

Primele 21 de zile (14 de post şi 7 de revenire) mi s-au părut acceptabile, față de ce a urmat. A urmat regimul BG1, alcătuit din anumite zarzavaturi crude şi grâu încolțit. Dintotdeauna mi-au plăcut sucurile de zarzavaturi şi fructe, crudităţile în general, deci ar fi trebuit să nu am probleme. Dar nu a fost să fie aşa. Acum nu puteam să le mănânc. Mă concentram să le înghit împotriva voinței mele, având încredere deplină în metoda d-lui Popa. într-o zi încercam să iau jumătate de porție, a doua zi vomitam tot şi nu mai mâneam nimic, a treia zi o luam de la capăt, continuînd astfel 21 de zile, după care am început să vomit îndată ce simțeam mirosul zarzavaturilor rase. Presiunile din partea soțului şi îngrijorarea celorlalți membrii ai familiei mele erau piedici serioase în continuarea regimului.

În perioada regimului şi până am început să mă stabilizez cu sănătatea, mi-am exprimat dorința de a nu fi vizitată nici de rude, nici de prieteni. Nu doream să văd în ochii lor nici tristețe şi nici compasiune. Singurele persoane pe care le acceptam erau mama şi sora mea, soțul şi fiica mea. Le înțelegeam îngrijorarea, dar nu puteam să accept să dau înapoi, chiar dacă le era foarte greu să vadă pe cineva apropiat că se topeşte pe zi ce trece fără să-l poată ajuta cu nimic. Îmi era din ce în ce mai rău. în stomac parcă aveam un bolovan, inima mă durea îngrozitor, aveam palpitații foarte dese, pulsul ajunsese la 130 bătăi/minut, vomitam mereu şi gura mi se umplea de o salivă abundentă, albă şi spumoasă. Aveam o stare de amețeală accentuată. Când mă ridicam din pat nu eram în stare

să fac decât cîțiva paşi şi nu mai vedeam nimic înaintea ochilor, lovindu-mă de multe ori de obiectele din cameră. Au început să-mi amorțescă mâinile şi picioarele. Starea de amorțeală era îngrozitoare, lucrul cel mai greu de suportat pentru mine, mai ales că se repeta la intervale regulate, cu o precizie aproape matematică.

Atunci începea lupta pe viață şi pe moarte. Îmi dădeam seama că inima nu mai făcea față. Începea să-mi amorțească întâi mâna dreaptă. De la vârful degetelor, amorțeala se transmitea într-o fracțiune de secundă până la umăr, iar mâna dreaptă nu o mai simțeam deloc, după care amorțeala se transmitea şi la mâna stângă şi la picioare. Trebuia să nu mă pierd cu firea pentru a şti ce să fac şi, cu puterile ce le mai aveam, îmi luam o sticlă de apă şi aparatul de masaj şi ieşeam pe balcon, pe întuneric, să nu vadă soțul meu lumina, pentru că ar fi chemat Salvarea. Acolo începeam un masaj dintre cele mai dure asupra centrilor presopunctori din palme şi tălpi, la care se adăugau exerciții de respirație şi rugăciuni către Cel de Sus care m-a ajutat de fiecare dată să nu intru în panică şi să pot singură trece peste această mare încercare. Ce ar fi putut face soțul meu ? S-ar fi speriat, ar fi intrat în panică, ar fi chemat Salvarea, ar fi sculat şi copilul care şi-ar fi văzut mama într-o situație la limita vieții, iar pentru mine s-ar fi jucat ultima carte. Aşa că numai Dumnezeu ştie cum am petrecut singură nopți întregi în chin, având convingerea că dacă mai apucam dimineața însemna că poate mai am zile. începuse să apară un fenomen curios. Seara, când aprindeam lumina, vedeam nişte globuri luminoase foarte puternice, ca la fotograf, ba deasupra umărului stâng, ba deasupra umărului drept. întorceam capul involuntar să văd ce este, dar lumina parcă se mişca de partea cealaltă. Acum ştiu că erau entități ce doreau să-mi trasnsmită un mesaj pe care l-am recepționat cu greu. A venit ca o străfulgerare, mi-a sunat în minte zicala "îți scapără ochii de foame" şi, după atâta vreme de nemâncare, într-o noapte m-am apropiat de borcanul cu miere, am pus puțin pe buze şi am văzut că nu am mai vomitat. Aş fi dorit să mănânc ceva, dar nu puteam, vomam mereu. L-am căutat pe dl. Popa, dar era plecat în Germania. Am avut norocul să-l văd la o emisiune la televizor, vorbind despre instinct. Atunci mi-am pus întrebarea, eu ce aş fi dorit să mănânc? Dintr-o analiză amănunțită am tras concluzia că

mi-ar place ceva amar, dar ce anume nu puteam defini. Până la urmă mi-a venit în minte păpădia. După mai multe căutări am descoperit păpădie din belşug în spaţiul verde de la blocul meu. De atunci am început zilnic să mănânc 4-5 frunze, iar zarzavaturile care se recomandau în stare crudă le fierbeam şi aşa am început să învăţ din nou să mă hrănesc. Ce victorie am simţit când am mâncat 5 stafide într-o zi din borcanele care zăceau alături de mine de atâtea săptămâni, iar toţi din familie se uitau cu disperare că erau tot pline cum le ştiau, însă nu mă apropiam de ele că vomitam imediat.

Eram un nou născut care începea să mănânce, trebuia atenţie, prudenţă, inspiraţie şi multă pricepere. Acestea se învaţă greu. Pot spune că după 4 ani de regim ştiu să mă hrănesc, dar nu ştiu să mă nutresc. Omul se confruntă cu trei situaţii în ce priveşte alimentaţia: una ar fi aceea când mănâncă ce pofteşte din ce are, alta când îşi selectează alimentele, cunoscând şi respectând deja nişte principii alimentare, iar a treia când ştie să coreleze alimentele cu posibilităţile de prelucrare ale organismului său. Nu sunt doi oameni la fel, deci nu pot fi nici două reţete la fel. Vindecarea este mai mult decât a pune în practică o reţetă medicală sau alimentară, trebuie să urmăreşti tot timpul efectul ei, să dai interpretările corecte oricărei reacţii şi să nu uiţi nici o clipă că tu eşti un tot. Acest lucru se învaţă foarte greu, mai bine spus toate ţi se dau de la o vreme, când dovedeşti că respecţi fără abatere legile naturii. Care sunt acestea ? Nimic mai mult decât cele 10 porunci enumerate şi în Biblie.

Eşti om, când ai venit la viaţă ai venit cu programul tău, ca rezultantă a faptelor săvârşite din vieţile anterioare, fapte care se şterg din memoria ta, dar eşti purtător al efectelor lor.

Cu toate că începusem să mănânc puţin, de dormit tot nu puteam dormi, nu puteam să evit discuţiile neprincipiale cu soţul meu, căci simţeam şi eu nevoia să am o replică de spus (acum ştiu că nu era de dorit, dar aşa a fost să fie). Târziu, am înţeles visul avut într-o noapte, când dl. Popa îmi spunea : "Mai termină cu trăncăneala!" Tare m-am întrebat ce ar fi putut simboliza acest vis ? De fapt îmi

atrăgea atenția să încetez discuțiile în contradictoriu, dar eu nu înțelegeam. Acum totul este foarte clar, cine se apucă de un astfel de regim trebuie să nu se supere, să-şi protejeze resursele care în perioada de dezintoxicare sunt diminuate. V-ați întrebat câtă adrenalină se eliberează în corp când te superi, cât calciu se consumă şi câte săruri se pierd?

Când suntem supărați nu vrem să ştim de nimic, iar consecințele ne poartă pe la uşile doctorilor. Oare aceştia ştiu mai bine decât noi cum ne-am distrus zi de zi corpul?

După două luni de tortură fizică şi psihică, nutrind speranța că va veni ziua cu soare şi pe strada mea, s-a întâmplat ca soțul şi fiica mea să trebuiască să plece pentru o perioadă de timp în provincie. Atunci, după atâta timp, am început să dorm şi cu, am dormit o după-amiază şi o noapte întreagă, spre îngrijorarea mamei mele. Deşi de obicei aveam un somn sensibil, acum nu mă deranja nici un zgomot în jur. Am început să doresc să ies din casă, numai însoțită, lucru pe care îl făceam foarte rar, fiind foarte slăbită şi având în piciorul drept o senzație de amorțeală care mă făcea să nu am stabilitate pe el.

Simțeam bucuria de a trăi din nou, mă bucuram de verdeața pomilor, de ciripitul păsărilor, de zgomotul străzilor, de iarba pe care călcam în parc. Eram foarte slabă, ajunsesem la 50 kg. la 1,68 m. înălțime.

Doream să mă duc la serviciu, să-mi reiau activitatea. Zis şi făcut. Am rugat-o pe sora mea să mă însoțească. Nu mă puteam duce singură, nu aveam forță şi stabilitate, dar doream să ies din casă. Aşa că după două luni şi jumătate de absență, m-am prezentat la serviciu pe 15 iulie 1991, reuşind să-i sperii pe colegii mei, pe care nu-i pusesem la curent cu intenția mea de a ține regimul de dezintoxicare. Sora mea mă însoțea dimineața când venea să mă ia de acasă. Plecam cu sacoşa de mâncare, cu scăunelul pliant şi cu punguța de stafide din care luam până la serviciu.

Începusem să consum mâncare fiartă din zarzavaturile de la BG1 şi fructe de sezon. Se declanşase în mine o foame pe care nu o puteam potoli, stomacul îmi era plin, dar eu eram tare flămândă. Am dat curs acestui imbold mâncând cât mai mult, lucru care a mers până într-o zi când am simțit efectul acestui act necugetat. Starea pe care am avut-o mi s-a părut mai grea decât ce petrecusem în urmă. Dacă atunci mintea îmi era clară, acum devenise confuză şi aveam un presentiment de panică. Timp de trei zile nu am mâncat nimic, am trecut din nou numai pe apă distilată şi pe foarte multe clisme (>12 litri/zi). Clismele au fost şi sunt de bază în perioada de dezintoxicare şi întotdeauna când nu te simți bine. Am făcut clisme aproape un an de zile. După o vreme (circa trei luni) au început să se elimine din intestin cantități importante de mucoasă internă, chiar câțiva metri la un moment dat, şi deşi nu mă durea nimic m-am speriat pentru că nu ştiam dacă este bine sau nu. Acum ştiu că era normal şi era pe linia regimului, corpul elimina şi construia o mucoasă nouă. Şi procesul de digestie era în tranziție, la clismă constatam că ceea ce mâncam nu se digera deloc.

Reuşind să depăşesc criza, mi-am dat seama că la început trebuie să mănânci foarte puțin, dar în acelaşi timp să dai corpului ce are nevoie. Din experiența mea am constatat că nu te vei sătura niciodată cu mâncare fiartă, este doar o iluzie. Atunci când consumi crudități, enzimele pe care acestea le conțin hrănesc cu adevărat celulele, ele reprezentând forța vitală ce va revigora organismul. În perioada când corpul funcționează "sub linia de plutire", cruditățile trebuie combinate cu alimentele fierte.

Alimentarea cu crudități îți creează un surplus energetic care te împinge spre o caracteristică YANG accentuată şi aceasta devine periculoasă dacă nu ştii când s-o stopezi.

Cred că o alimentație lacto-vegetariană este foarte potrivită omului, cum cred că este suficient pe zi să mănânci cel mult o singură dată alimente fierte, restul trebuie să-l completezi cu cereale, fructe proaspete sau uscate, cu semințe, salate şi zarzavaturi. Vei fi surprins că te vei simți foarte sătul mâncând în acest fel, fără a mai

fi nevoie să faci oale de mâncare pe care să le păstrezi zile în şir în frigider şi să nu-ți mai facă nici o plăcere să le guşti.

Bucuria de a trăi trebuie neapărat echivalată cu grija pentru ce mănânci în fiecare zi ? Nu a spus marele nostru învățător Isus Hristos că " viața este mai mult decât hrana şi trupul este mai mult decât îmbrăcăminte"?

Oare toți oamenii aleg din viață goana după valorile materiale? Ştim bine că nu! Nu am cunoscut până în prezent pe nimeni care să facă averi din muncă cinstită, deci dacă vrei aşa ceva trebuie să înşeli, să furi şi câte altele. Oare merită să-ți pierzi ce ai mai de preț - sufletul - pentru nişte lucruri efemere ? Nimeni nu a luat nimic din această lume să ducă pe lumea cealaltă...

Oare este ceva mai de preț în cursul vieții decât sănătatea ? Abia când nu o mai ai începi să faci o reală ierarhic a valorilor şi să constați cu tristețe cum te-ai lăsat furat de situații confuze, de ură şi invidie, de certuri şi răzbunări, de dorința de a avea cât mai mult. Cât de multe trebuie să reconsideri când începe să se ridice ceața. Toate erau lângă tine, îți vorbeau de la sine, nu le vedeai, nu le auzeai, tu, Omule, trebuia să-ți urmezi Destinul!

Omul nu este singur niciodată. Dumnezeu este întotdeauna în sufletul lui, depinde de el dacă pe valurile vieții vrea să fie singur sau nu. Nu am întâlnit oameni credincioşi care să nu aibă un suflet mulțumit şi să nu fie recunoscători pentru ce au. Revenind la situația mea, aş putea spune că după regimul de dezintoxicare m-am trezit cu o personalitate nouă, mă simțeam şi mă simt alt om. Tot ce am fost până la regim s-a desprins din mine ca o haină uzată, de care nu mă leagă nimic, fără regrete şi durere că aş fi pierdut ceva.

Aveam senzația că m-am născut a doua oară, în acelaşi trup fizic. Simțeam o bucurie imensă pentru tot ce mă înconjura, simțeam că de pe creanga pe care stăteam, din arborele meu, am făcut paşi uriaşi spre vârf. Acest loc l-am cumpărat cu multă suferință şi credință şi vreau să-l păstrez căci o a doua şansă nu ştiu dacă voi

mai avea, este ca un tren care se opreşte pentru puțin timp într-o gară, dacă-l scapi, scăpat este.

Analizele pe care le-am făcut după 4 ani pun în evidență o stare de sănătate foarte bună, la care am ajuns urmând regimul şi sfaturile dale de dl. Popa şi pe care am încercat să le aprofundez printr-o cercetare proprie. Pe lângă vasta cultură pe care o posedă, dl. inginer mai are şi un har deosebit, acela de a pune un diagnostic fără greşeală. Am văzut zeci de cazuri cărora le punea diagnosticul în câteva secunde, după puls, câmp energetic sau fotografie. Dânsul a putut să-i ajute pe cei autoaccidentați, pe ceilalți nu îi poate nimeni ajuta.

La ora actuală există o mulțime de bioterapeuți şi de vindecători prin transfer de bioenergie. Mare greşeală! Oare nu ştim că atunci când ai nevoie de sânge trebuie să cunoşti grupa sanguină a celuilalt ? Aşa este şi la transferul de bioenergie, trebuie să cunoşti nivelul energetic al celuilalt, şi nu numai atât, te poți alege cu noi boli preluate prin transferul bioenergetic, îți pot fi absorbite pentru o vreme durerile tale, care ți se vor întoarce însutit. Nu există vindecare decât prin suferință. Ceea ce fac astăzi bioenergeticienii este doar o transferare a bolii dintr-un organ în altul sau o amânare a destinului, ori, ceea ce este şi mai trist, un transfer la cei dragi din familie. Din clipa în care înțelegi că gândul este o formă vie pe care ai amorsat-o din clipa emisiei trebuie să-ți asumi consecințele. Nici prin iertare nu pot fi anulate efectele gândurilor. Aşa este făcută legea universului, iar în fața ei toți sunt egali. Trebuie înțeles că omul a venit la viață ca să evolueze, iar evoluția este o lecție dură, care nu se face fără durere.

În special cazurile grave au contraindicată bioenergia. De ce omul nu înțelege că el se poate ruga direct lui Dumnezeu, de ce are nevoie de intermediari, nu înțelege că laptele lui îl reprezintă şi în această relație ? Dacă este sa obțină vindecarea, cu siguranță că el o va obține SINGUR.

Foarte mulți oameni cred că nu pot trăi fără medicamente, că poate ar accepta retuşuri alimentare, mergând până la a renunța chiar la

carne, dar nu şi la medicamente. Dacă aşa stau lucrurile, atunci pot spune că terapia naturistă are medicamentele ei şi am să enumăr doar câteva pe care le-am folosit şi de a căror efecte am fost impresionată:

- argila (foarte bun mineralizant, alcalinizant, dezinfectant, sub formă de pudră poate fi folosită în loc de faringosept aplicându-se direct pe faringe şi lăsată acolo până dimineața, cu foarte bune rezultate în paradontoză sub formă de aplicații directe pe gingie, cicatrizantă în ulcere, redresor al funcțiilor hepato-biliare, etc.);

- coaja de ou (pentru deficitul de calciu se recomandă folosirea cojilor de la două ouă pe săptămână);

- siropul de nuci verzi (recomandai în deficitul de iod, în hepatite cronice agresive, etc.);

- țițeiul (recomandat în afecțiuni pulmonare grave, remineralizant, etc.);

- ceaiurile de plante recomandate pentru diverse afecțiuni;

- sucurile de fructe sau zarzavaturi;

- cereale;

- aplicații cu frunze de varză, cu rezultate de necontestat în eliminarea toxinelor, prin permeabilizarea țesuturilor;

- semințe neprăjite de dovleac, floarea soarelui;

- nuci;

- fructe şi legume de sezon;

- produse lactate;

- uleiuri obținute prin presare la rece;

- urina (cu rol de autovaccin, se utilizează intern sau extern, conform prescripțiilor din literatura de specialitate pentru fiecare tip de afecțiune.) Personal am constatat corectarea pH-lui urinii la valoarea normală, intensificarea funcțiilor rinichilor, producându-se vehicularea unei cantități imense de urină (se poate ajunge până la 14 litri/zi), echilibrarea generală a organismului, reglarea funcțiilor glandelor endocrine, etc. Este de departe "antibioticul" cel mai tare utilizat în medicina naturistă şi lista ar putea continua şi cu alte recomandări;

Regimul lacto-vegetarian ce caracterizează alimentația naturistă este un regim cu bătaie lungă, el se impune încet, dar sigur. Cei care sunt adepții acestui regim recunosc binefacerile lui prin tot ce generează el: bucuria de a trăi şi nu numai de a exista, o imensă sete de viață, o linişte şi pace interioară, o foarte mare rezistență la stres, un alt discernământ în ce priveşte cu adevărat lucrurile importante în viață, şi acestea sunt doar câteva aspecte. Fiecare are propriile trăiri în această direcție, iar măsura faptului că trăieşti în armonie cu legile naturii se află în starea de spirit pe care o ai în fiecare clipă, de seninătatea în fața vieții. Starea inversă ar trebui să te pună pe gânduri, să te analize/i unde greşeşti, să nu învinuieşti pe nimeni de ce ți se întâmplă ție, că nu este nimeni vinovat decât tu, totul este posibil acolo unde este credință şi voință.

Câmpul energetic (aura) al omului este cea mai bună expresie a felului în care el a înțeles şi respectă legile naturii. Alimentația îl influențează în mod direct, fiind un puternic factor de corecție a lui. Nu de puține ori auzi zicîndu-se "gândeşti după cum mănânci". Este foarte adevărat că hrănindu-te cu alimente de un nivel vibratoriu înalt, te vei situa pe un nivel energetic corespunzător, astfel te vei simți atras de câmpuri energetice similare. În acelaşi timp câmpul tău energetic, dacă este bine consolidat, va căuta să aducă corecțiile necesare în mediul din jurul tău. Aşa se transmit ideile tale fără măcar să fii conştient de acest lucru şi rămâi surprins observându-i pe cei din jurul tău cum îți asimilează stilul fără să faci nici cel mai mic efort, iar când exemplul personal

demonstrează veridicitatea unei metode, ea se va aplica cu încredere şi cu cele mai mari şanse de reuşită.

S-a constatat că bolile apar mai întâi în câmpul energetic şi apoi în corpul fizic. De aceea este foarte important ca acesta să fie impenetrabil. Gândurile negative, ura, invidia, mânia, vrăjitoria, etc., pot să-ți producă mult rău dacă rezonezi cu ele şi în felul acesta se poate străpunge câmpul energetic. Te poți păzi prin alimentație şi etică, exprimîndu-ți o atitudine fermă în sensul de a nu răspunde la rău cu rău, la duşmănie cu duşmănie, la răzbunare cu răzbunare, la mânie cu mânie, etc. Nu trebuie să ții minte faptele urâte care au fost făcute împotriva ta cu ştiință sau cu neştiință, pentru că le meriți, ele țin de trecutul tău, iar protecția o dobândeşti învățând cea mai grea lecție, aceea a iubirii aproapelui.

Sistemul imunitar este primul afectat în această situație, el nefiind numai un generator de anticorpi ci şi un cumul de stări sufleteşti şi preocupări care trebuie să fie pe măsura a ceea ce poți duce. Gândurile negative ale celor din jurul tău influențează determinant sistemul imunitar şi iată cum din nou eşti obligat să cultivi legea iubirii aproapelui. De asemenea poți să te înțelegi cu toată lumea, dar dacă voința îți impune un ritm pe care corpul fizic nu îl poate asigura, mai devreme sau mai târziu vei plăti pentru această nesincronizare şi vei fi nevoit să iei măsurile necesare pentru a se crea un echilibru între "a vrea" şi "a putea", protejându-ți astfel sistemul imunitar.

Starea de sănătate ți-o poți constata şi singur după o analiză obiectivă a corpului tău, şi anume: transpirația nu trebuie să fie urât mirositoare, să ai 2-3 scaune pe zi, de regulă după fiecare masă, materiile fecale să nu plutească deasupra apei, absența stărilor de somnolență nejustificată, apetitul normal, fără foame exagerată şi fără senzație de vomă sau greață, nu trebuie să-ți miroasă gura să nu ai expectorații fără de sfârşit sau alte eliminări, nu trebuie să te obişnuieşti cu dureri difuze care pot masca germeni de boli grave, trebuie să-ți analizezi starea sufletească, să predomine o stare de bună dispoziție şi analiza ar putea continua, este suficient să priveşti mai adânc în tine. De fapt boala este un răspuns la

încălcarea legilor universului, deci în primul rând fă-ţi un rechizitoriu şi stabileşte ce principii de etică nu ai respectat.

Zi de zi omul trăieşte o nouă experienţă, la care participă conştient sau inconştient, urmându-şi karma veche şi construindu-şi alta nouă. Datoriile trecute se plătesc prin karma veche, iar ce se va întâmpla în viitor îţi construieşti acum. Este oare prudent să fii nepăsător la ce faci şi la ce se petrece în jurul tău, când eşti conştient că într-un anume viitor te vei întâlni cu efectul faptelor tale? Nu se petrec oare destule lucruri în jurul nostru care stau mărturie acestui fapt, cât timp poţi oare fugi de răspundere?

Omul nu trebuie să se epuizeze gândindu-se la ce s-a petrecut în urmă sau ce se va petrece în viitor, evoluţia sa are în vedere numai aspectul moral. Prezentul îl poate controla, însă trecutul şi viitorul NU!

Cât trăieşte, omul este preocupat să aibă câţi mai mulţi bani, să fie bogat materialiceşte, aproape că acesta este ţelul vieţii lui, dar averea sufletească rar se străduieşte să o sporescă şi vine clipa când trebuie să încheie socotelile, să dea pământului ce este al pământului şi lui Dumnezeu ce este al lui Dumnezeu. Dacă averile pe care le-a avut în custodie pe acest pământ este obligat să le părăsească, tot aşa este obligat să-şi poarte mai departe averea sufletească, dar cum şi când s-a îngrijit de ea, dacă a alergat tot timpul după altceva?

La apusul vieţii îţi dai seama uneori că în loc să te fi bucurat de ce ţi-a fost dat să ai, de cele mai multe ori ai cultivat mânia, ranchiuna, egoismul, ura, orgoliul, mândria nemăsurată şi ce ai primit în schimb? Cu siguranţă fapte pe măsură, pentru că dacă semeni vânt, culegi furtună. Să învăţăm să ne bucurăm cât suntem împreună, că nu am fost puşi laolaltă întâmplător, că nu putem evolua decât împreună, altfel lecţia o luăm de la capăt, până când vom învăţa cea mai importantă lege a naturii, legea iubirii aproapelui. Nu trebuie să iei drept argument că cel de lângă tine nu-ţi vorbeşte frumos, nu ştie să se poarte, fii răbdător, că educaţia din familia lui acum se desăvârşeşte, lângă tine, tu îi eşti noul

profesor, nu fugi de datoria ta. Vei vedea că după o vreme se face pace, se vor produce lucruri care te vor uimi şi te vor bucura şi vei recunoaşte puterea Celui De Sus care veghează la Legile Sale.

Croieşte-ţi în viaţă drumul drept şi nu te abate de la el, nu merită!

Sunt fericită o dată în plus că regimul alimentar al d-lui ing. Valeriu Popa este adoptat şi de familia mea, care şi-a schimbat. fundamental principiile alimentare dintr-o convingere liber consimţită, datorată şi faptului că au fost zi de zi martorii însănătoşirii şi întoarcerii mele de pe un drum fără speranţă. Rezultate deosebite a obţinut soţul meu, care din excese alimentare a ajuns cu tensiunea la 24/12, cu o stare de nervozitate deosebită, dureri de cap, transpiraţii puternice şi urât mirositoare şi răceli frecvente. Reconsiderându-şi alimentaţia, după 6 luni de zile tensiunea a coborât la 13/8, starea de somnolenţă i-a dispărut, la fel şi transpiraţiile şi ce este foarte curios, i-a dispărut şi sforăitul. La noi acum mâncarea nu mai este o problemă, toţi mâncăm dintr-o cratiţă, nu se mai găteşte de pe o zi pe alta, se consumă cel mult odată pe zi hrană fiartă, în rest salate de legume, fructe, produse lactate, ouă şi seminţe neprăjite de tot felul.

Efectele alimentaţiei naturiste sunt cunoscute din vechime, bătrânii noştri respectau cu sfinţenie posturile nu numai pentru că aşa impunea morala creştină, dar şi pentru că în timpul lor se producea dezintoxicarea organismului. Câţi mai respectă aceste reguli ? Orice stare de disconfort pe care o simţi este sinonimă cu un început de boală, iar aceasta se produce pentru că organismul nu mai poate păstra un echilibru între cantitatea de energie primită şi cantitatea de energie eliminată. Rău că mănânci prea puţin (cum rar se întâmplă), rău că mănânci prea mult. Atunci când apar astfel de situaţii este recomandată o perioadă de dezintoxicare. Banalele şi destul de frecventele gripe vin să ne atenţioneze că s-a umplut paharul, că organismul trebuie să se dezintoxice. Procesul de dezintoxicare în corp este controlat de ficat, când el nu mai face faţă toxinele se varsă în sânge şi pe această cale este sesizată glanda tiroidă care va încerca să elimine toxinele la nivelul mucoaselor, începând de regulă cu cele de la nivelul nasului,

sinusurilor, faringelui. Aici apar de regulă viruşii care se hrănesc cu toxine, contribuind la infectarea sângelui. În această fază organismul îşi atenționează sistemul imunitar, care la rândul lui declanşează febra pentru a arde acele substanțe toxice din sânge. De aceea este o mare greşeală să anulezi acest instrument prin care corpul încearcă să-şi păstreze echilibrul. În aceste condiții e bine să nu mănânci, să consumi foarte multe lichide, să faci clisme, să stai la pat şi la căldură, să faci băi cu sare la picioare, masaje cu apă rece pe abdomen dacă febra a crescut şi să ai răbdare pentru că organismul are propriul pilot automat şi ştie foarte exact cum trebuie să acționeze pentru a-şi redobândi echilibrul. Dându-i antibiotice, spre exemplu, nu dăm posibilitatea corpului de a-şi folosi propriile instrumente pentru reechilibrare, în plus introducem o nouă stare toxică, foarte nefavorabili pentru un organism epuizat după atâtea zile de febră, un stomac cu suc gastric foarte acid care în prezența antibioticelor va deveni şi mai acid, numai bun de a produce nişe în pereții lui. Deci, iată cum boala este expresia stării toxice pe care o posedă corpul.

Sunt în al 5-lea an de regim naturist, rezultatele sunt foarte bune, mă simt foarte bine, desfăşor o activitate intensă atât acasă cât şi la serviciu şi toate acestea le datorez d-lui Popa Valeriu care mi-a călăuzit paşii în toți aceşti ani, cu răbdare şi autoritate, cu ştiință şi har, cu înțelegere şi pricepere. A doua mea viață a început datorită domniei sale, este al doilea tată al meu şi sunt fericită că fac parte dintr-o familie cu un număr impresionant de copii, toți născuți din nou prin grija dânsului, căruia nu-i pot mulțumi îndeajuns prin cuvinte. Este un exemplu prin ce face pentru atîția zeci şi sute de oameni, fără să pretindă absolut nimic, pe care din păcate puțini contemporani îl urmează.

Puține cunoaştem şi multe mai avem de învățat, de aceea asemenea oameni merită toată stima şi mulțumirea, pentru că te învață să-ți porți singur de grijă, într-un mod simplu şi corect.

Tot ceea ce sunt în prezent îi datorez d-lui ing. Valeriu Popa, care mi-a călăuzit paşii în ultimii 5 ani, ajutându-mă să-mi reconstruiesc

sănătatea prin propriile-mi forțe, urmând regimul alimentar al domniei sale.

Îi mulțumesc din suflet şi îi doresc multă sănătate şi putere de muncă!

Tinca Lung , Bucureşti, 11 oct. 1995.»

***

«NUMELE: ANCA
PRENUMELE: PETRE DATA NAŞTERII: 20 -11 -1948
PROFESIE: OFIȚER
DOMICILIU: BUZĂU
DIAGNOSTIC: CARCINOM
BRONHOPULMONAR LOB SUPERIOR DREPT- OPERAT

Istoricul bolii

Boala a debutat în anul 1988 luna decembrie, manifestîndu-se cu tumcfierea articulațiilor membrelor inferioare şi a falangelor membrelor superioare.

Am fost internat şi tratat la Spitalul Militar Iaşi timp de 22 de zile, unde mi-a fost administrată medicamentația pentru "reumatism poliarticular acut secundar infecțios" (penicilină, moldamin, aspirină, etc). Comportamentul medicilor din secția medicală a acestui spital a fost de o indolență crasă. Foaia de observație nu mi-a fost întocmită (nici tensiunea arterială nu mi-a fost luată), cererea de a mi se face un control pulmonar a fost respinsă cu brutalitate. Să mă explic. Cu o lună înainte de această internare, la Bacău (acolo aveam locul de muncă), pe o microradiografie, specialistul depistează noduli pe lobul superior al plămânului drept şi îmi spune că ar fi de preferat să aşteptăm o perioadă pentru a observa evoluția. Internat după o lună în spital, am solicitat un control pulmonar, motivându-mi cererea. Reacția şefului de secție a fost următoarea : "Domnule comandant, ce rost are să vă mai iradiem şi noi când suntem supradozați după Cernobîl. Vom găsi noi focarul

de infecție. Şi într-adevăr "a avut dreptate", din cavitatea bucală mi-au fost extraşi 4 molari pe motiv că acolo s-ar găsi focarul de infecție care a declanşat reumatismul.

După ieşirea din spital evoluția a fost nesatisfăcătoare. Cu toate medicamentele luate, febra, frisoanele, lipsa poftei de mâncare s-au menținut. În această situație, după aproximativ două luni de zile, în martie 1989, am hotărât să mă internez la Spitalul Militar Central din Bucureşti, în urma unei radiografii pulmonare făcută la policlinica T.B.C. din Bacău.

Aici, în secția pneumoftiziologie, timp de 33 de zile am fost supus la tot felul de investigații, am făcut o cură de citostatice, am fost transferat de două ori !a secția chirurgie toracică şi tot de atâtea ori relurnat. Abia mai târziu am înțeles că teama chirurgilor a fost atât de mare încât în prima fază au refuzat să mă deschidă. Pe data de 26 aprilie 1989 am fost operai în secția chirurgie toracică, practicându-mi-se o lobectomie superioară dreaptă. Buletinul histo-patologic preciza: "Carcinom spinocelular slab diferențial. Limfodenită reactivă." Ca să vedeți evoluția extraordinar de rapidă a tumorii, comparați următoarele date : pe 21 martie 1989, la internarea în spital, după radiografie, tumoarea avea un diametru de 3 cm ; pe 26 aprilie 1989, conform protocolului operator tumoarea avea forma unei elipse, 10/8 cm.

Cauzele îmbolnăvirii

Din punctul meu de vedere, incriminez ca fiind cauze ale îmbolnăvirii mele;

1. fumatul
2. factorul psihic

Fumatul, această îndeletnicire nefastă pentru omenire, m-a atras din anii liceului. Consideram țigara ca pe ceva nemaipomenit în definirea personalității mele. Mă vedeam bărbat în adevăratul sens al cuvântului, în fața fetelor pozam într-un "dandy" emancipat.

La începui am vrut să-mi satisfac curiozitatea, mai târziu aceasta s-a transformat în necesitate, iar acum într-un regret tardiv. Ajunsesem până la 40 de ţigări pe zi. Dimineaţa, cum deschideam ochii luam ţigara în gură. Scara, înainte de a ajunge în dormitor trebuia să fumez o ultimă ţigară. Foarte frecvent se întâmpla să renunţ la mâncare, dar la ţigară nicidecum.

Cu timpul au apărut dureri de cap, tuse insuportabilă, oboseală la mersul pe jos, circulaţia periferică deficitară atât la nivelul membrelor superioare cât şi inferioare. La toate acestea adăugaţi mirosul greu ce-1 degajau hainele, lucrurile din locuinţă, cavitatea bucală, îngălbenirea dinţilor şi a degetelor cu care ţineam ţigara, paloarea tenului şi veţi avea imaginea de coşmar a unui fumător.

În tinereţe credeam că nu este bărbat cel ce nu ştie să fumeze; consideram fumatul ca un accesoriu indispensabil al vieţii mondene. Acum, după ce m-am îmbolnăvit, mi-am dat seama cât de mult am greşit şi ce tribut trebuie să plătesc.

Această buruiană, prin nocivitatea sa, prin rana ce o lasă organismului uman, poate fi comparată cu orice armă sofisticată. Parcă toate relele s-au strâns în acestă iarbă. Am un fiu pe care, imediat după operaţie, l-am rugat să renunţe la ţigară, că-mi ajunge crucea pe care o port eu, dar degeaba. Am un frate şi o soră - mari fumători - care de cum m-au văzut după operaţie, au hotărât să renunţe la fumat. Au reuşit doar pentru câteva zile - sunt total lipsiţi de voinţă. Este marea greşeală pe care o fac toţi fumătorii.

Vreţi să ajungeţi ca mine? Nu vă este suficient exemplul sutelor de mii de oameni ce mor anual de cancer pulmonar fără a mai socoti şi alt tip de cancer ce poate fi provocat tot din cauza ţigării?

Atunci va fi prea târziu!

Numai un om în situaţia mea îşi poate da seama cât de mult valorează viaţa şi cum atunci când o avem ne batem joc de ea. Îmi vine să urlu când mă gândesc la nesăbuinţa mea; aşa-mi trebuie, mi-am făcut-o singur cu mâna mea, în perfectă cunoştinţă de cauză.

Dacă ați şti ce bine mă simt acum, după ce nu mai fumez, m-ați invidia!

Nu există decât o singură soluție - renunțați imediat la fumat până nu este prea târziu. Luați viața în serios, nu vă bateți joc de ea. Dacă nu vă prețuiți propria viață, respectați-o pe cea a copiilor dumneavoastră:

- în primul rând nu-i obligați să vă inhaleze fumul de țigară;

- în al doilea rând gîndiți-vă că au nevoie de dvs. în viață şi nu de o movilă de pământ într-un cimitir;

Am ajuns şi la cea de-a doua cauză a îmbolnăvirii mele - factorul psihic.

- În anul 1985 mi-a fost accidentată fetița - traumatism cranio-cerebral acut deschis şi comoție cerebrală.

- În anul 1986, în urma unui accident tatăl meu a decedat. Dar cel mai mult pentru mine a contat ambianța în căsnicie.

Gelozia este o armă perfidă care ucide lent, dar sigur. Am fost căsătorit 23 de ani, dar 22 de ani au fost pentru mine un calvar, 22 de ani am fost condamnat pe nedrept, mi s-au atribuit fapte pe care nu le-am comis. Nu mi-am propus să relatez cum se manifestă această gelozie în toată hidoşenia sa, dar din cauza ei vroiam să termin cu viața.

În timpul interminabilelor discuții care se prelungeau cu mult peste miezul nopții, alegeam ca antidot fumatul - fumam 5 țigări în mai puțin de un minut, până simțeam o durere în piept. În acele momente mă rugam lui Dumnezeu : "Dumnezeule, dacă exişti, ia-mă la tine să scap de toate aceste imputații la care efectiv nu le înțeleg substratul, nu mă lăsa să mai trăiesc în această lume plină de cele mai abjecte insinuări, calomnii, meschinării şi mai ales cu această femeie pe care mi-ai dat-o parcă anume să-mi probeze rezistența psihică."

Că există Dumnezeu este o certitudine, m-a auzit şi m-a ajutat să-mi plătesc greşelile făcute datorită faptului că nu am ştiut alege calea onorabilă de a scăpa de coşmar, că nu am ştiut să-mi preţuiesc sănătatea, dar mai ales că nu am ştiut să acord respectul şi recunoştinţa cuvenite darului său cel mai de preţ, VIAŢA.

Evoluţia postoperatorie

Acum, după ce l-am găsit pe dl. ing. Valeriu Popa, pot spune că viaţa mea a luat alt curs. Încerc lotuşi un sentiment de regret pentru faptul că nu l-am întâlnit înainte de operaţie, dar cum niciodată nu este prea târziu, este bine şi acum.

În primii doi ani după operaţie am urmat 7 cure de citostatice şi 20 de şedinţe cobalt (48 Gray). Teoretic mă simţeam bine dar practic începusem să slăbesc, V.S.H.-ul era mereu în creştere, dorinţa de a trăi se diminua zi de zi datorită certurilor din familie. De fapt în această perioadă am şi fumat, sperând că voi pune capăt pentru totdeauna necazurior mele.

În martie 1991 îl cunosc pe ing. Valeriu Popa, care mi-a schimbat complet viaţa. După o serie de analize care evidenţiau probabil o metastază hepatică (tymol = 16, hematocril = 22%, leucocite = 15.600/mm3, trombocite = 19000/mm3, T.G.P. = 2 U.I., proteina "C "reactivă - prezentă, etc), am început regimul naturist de autovindecare pe 26 aprilie 1991.

Dacă medicii mi-au dat ca rată de supravieţuire 4-12 luni, acum am împlinit 7 ani.

Înainte de începerea regimului, timp de o săptămână, zi de zi, am ascultat sfaturile recomandate de dl. Popa şi explicaţiile detaliate ale d-nei Tudor referitoare la regimul naturist prescris de dl. inginer. Făcând o comparaţie între cele citite despre cancer şi ce auzisem în parc, am ajuns la concluzia că trebuie neapărat să încep acest regim, mai ales că eram destul de slăbit după cobalt şi citostatice.

Indubitabil, surpriza mea a fost totală când fără să-i relatez nimic, dl. ing. Popa mi-a spus următoarele : "Da, când ai fost mic ai avut o scarlatină care ți-a lăsat o pată interioară pe sânul stâng, iar la vârsta de 31 de ani, nu, 32 de ani, ai avut probleme cu plămânul drept.

Fantastic, la vârsta de 32 de ani am avut pneumonie la plămânul drept, lob superior, care a fost tratată la Spitalul Militar Constanța. Poate nu ajungeam aici, dar după trei ani de la această pneumonie m-am apucat iar de fumat. În nemernicia mea credeam că prin fumat depăşesc mai uşor situațiile conflictuale din căsnicie, devin mai interesant, creşte importanța persoanei mele în fața semenilor, fără să iau în calcul că pe lângă sănătatea mea afectez atât bugetul familiei cât mai ales sănătatea copiilor.

Cei care citiți aceste rânduri - luați aminte ce vă spun - din cauza fumatului se pare că o am pe conştiință pe fetita mea, care, de curând a urmat 5 luni un tratament cu ioniziazidă, stare alergică generată şi de fumul de țigară. Încă o dată se confirmă adevărul potrivit căruia noi, cei care fumăm, pricinuim un rău mult mai mare celor din jur.

După uimirea ce mi-a produs-o dl. ing. Popa "citindu-mi" organismul ca pe o carte deschisă şi concluzionând, "fizic eşti terminat, dar energetic mai poți lupta", m-am hotărât să lupt şi până în prezent am învins.

Am început regimul pe 26 aprilie 1991, post cu apă distilată timp d3 21 de zile. După această perioadă pe care am suportat-o incredibil de bine, am început seria de 7 zile cu zeama de la 3 linguri de orez fiert. Nu este lipsit de importanță să precizez că în această perioadă am mers la serviciu şi făceam plimbări zilnice pe jos între 3,5-5 km.

Mi-a rămas întipărit în minte un moment petrecut în cea de-a 19 zi de post când am fost la dl. inginer să-mi dea ce regim să urmez în continuare.

O doamnă îi explica d-lui Popa : "D-le inginer, soțul meu este în cea de-a 14 zi de post şi nu se mai poate ține pe picioare, ce să mă fac cu el ?" Acesta îi răspunde: "Este ceva normal, este perioada când se elimină toxinele, dacă vrea să se vindece să meargă mai departe."

Un tânăr relata: "D-le inginer, tatăl meu este în a 9-a zi de post şi anemia este într-un asemenea grad încât eu şi mama trebuie să-1 susținem pentru a se deplasa la baie." Răspunsul d-lui Popa este scurt: "Ai auzit ce i-am spus d-nei din fața ta, procedați în consecință."

Eu atunci am meditat: "De ce nu am nimic după 19 zile, când am condus maşina de la Bacău la Bucureşti, 300 de km. şi în aceeaşi zi m-am înapoiat, deci în total 600 de km?" Răspunsul mi 1-a dat dl. inginer la următoarea întrevedere: "Mişcarea te-a ajutat foarte mult, iar faptul că nu ai renunțat la serviciu nu poate fi decât în avantajul tău"

Aşadar am început regimul într-o perioadă când V.S.H.-ul era mărit (38/oră), radiologul se pronunțase la ultima radiografie că ar exista un aspect proliferativ la plămânul drept, începusem să scad în greutate, se accentua lipsa poftei de mâncare, iar psihicul se găsea într-un echilibru precar. În mare, vă voi relata comportamentul meu pe timpul regimului:

26-04-1991
Greutate - 84 kg.
Tensiune arterială - 12/7
Perimetru toracic - 102 cm.

În a 4-a zi s-a instalat timp de 3 zile o durere în zona palatinului şi au apărut cu intermitență uşoare amețeli.

Greutate - 82 kg

În a 10-a zi gustul apei a devenit amărui. Greutate - 77,1 kg.

Am început să suport din ce în ce mai bine cele două clisme zilnice.

În a 11-a zi mi-am făcut analizele la sânge. Rezultate excelente.

În a 13-a zi, greutatea: 75,7 kg. Au început să apară cu intermitență dureri, arsuri, înțepături în oase (clavicule, omoplați, coloană, bazin).

Ziua a 20-a, greutatea: 72,5 kg. La sfârşitul celor 7 zile cu zeamă de orez greutatea a ajuns la 69,4 kg.

Am început regimul BG1 pe care l-am ținut 45 de zile. În a 10-a zi de BG1 greutatea era de 67.7 kg.

Trebuie să spun că suport din ce în ce mai greu comportamentul soției. Efectiv nu mă mai pot culca cu ea şi-mi reproşează că mă duc la altele sau mă păstrez pentru altele. De 38 de zile nu aud decât enormități care mă fac să cred că efortul meu va fi zadarnic.

A 17 zi de BG1. Greutate: 65,2 kg. Constat că scăderea în greutate este mai accentuată în zilele de sâmbătă şi duminică, deci atunci când nu merg la serviciu şi fac mai puțină mişcare. Viața în familie a început să devină un calvar. Vreau să-l văd pe acela care în situația mea ar face față la atâtea femei câte îmi imputa soția mea.

A 23-a zi de BG1 şi a 51-a zi de când am început regimul. (greutatea: 64 kg. Au apărut senzații de vomă şi amețeli. În această zi am căzut (eram în casă) de 2 ori.

A 25-a zi de BG1. Greutatea: 62,6 kg. Nu mai rezist psihic din cauza soției. Am stat o jumătate de oră cu pistolul pe masă. Scandalul ce-l iscă zilnic mă ucide. S-au instalat durerile de cap.

Ziua a 30-a. Greutatea: 61,3 kg. Tensiunea arterială: 10,5/8. Au apărut amețeli, dureri de cap, înfundarca urechilor când eram în poziție verticală.

Ziua a 38-a. Greutatea: 59,8 kg. Nici o haină nu mai stătea pe mine, iar soția îmi dă de înțeles că am ajuns o povară pentru ea. După ce am ajuns la un moment dat la 57,5 kg., am început să iau progresiv în greutate. Dacă în toată această perioadă aş fi avut şi linişte sufletească în familie, ar fi fost extraordinar, nici un sacrificiu nu mi s-ar fi părut inutil.

Mărturisesc că am avut în două rânduri gândul sinuciderii, efectiv nu mai puteam. Să tot aud mereu: eşti un canceros, îmi fac atâția curte, o să mă c... pe mormântul tău, să te duci dracului. Şi cum orice răbdare are o limită, am renunțat la un astfel de trai, intentînd acțiune de divorț. De atunci am început să iau în greutate, nu mai am dureri de cap, am poftă de viață şi trag speranță să-mi văd fetița mare şi la casa ei.

Ca să vedeți cât contribuie liniştea în căsnicie, îmi permit să fac aici o mică digresiune. În august 1992, la o internare în spital, electroencefalograma mi-a ieşit cu modificări. Medicul psihiatru mi-a recomandat ca pentru liniştea sufletească de ambele părți să facem şi o tomografie cerebrală, dar în luna septembrie când vor avea specialist. La tomografia din septembrie rezultatele ies bune. L-am întrebat pe medic:

- Domule doctor, care a fost cauza modificărilor de pe electroencefalogramă ?
- Eu ştiu, domnule colonel, fie o lipsă de calciu, fie un stres prelungit, fie...
- Pot să vă dau o pistă, domnule doctor ?
- Da, spuneți!
- De când am intentat acțiune de divorț, nu mai ştiu ce este aceea durere de cap.
- De ce nu spuneți aşa, domnule dragă, deci stresul prelungit vă genera acea migrenă.

Vedeți aşadar, dragii mei, cât valorează o ambianță plăcută, un climat sănătos şi un țel bine definit în viață! Nu de puține ori, mergând la control, îi surprind pe medici cu analizele excelente, cu

felul meu de a gîndi despre boală şi cu încrederea pe care o am în viitor.

Unora le-am povestit ce conduită am adoptat. Dintre aceştia câțiva m-au aprobat, poate mai mult din complezență, dar cei mai mulți au fost categoric împotriva unui astfel de regim.

Unui chirurg bine cunoscut, într-o discuție i-am spus:

- Domnule doctor, se pare că maladia canceroasă are drept cauză şi o alimentație necorespunzătoare, de aceea am ales calea naturistă.

Vreți să ştiți ce răspuns mi-a dat? Îl reproduc întocmai:

- Fugi bă d-aci, că asta ar putea fi valabil eventual pentru un cancer la stomac sau intestin, dar nu la plămân cum ai tu!

Nici unuia dintre cadrele medicale cu care am venit în contact nu i se pare credibil că am rezistat 21 de zile cu apă distilată, plus 7 zile cu zeamă de orez, iar analizele să se încadreze în limite normale.

Ca să vă conving cât de benefic este un asemenea regim vă mai dau un exemplu: imediat după iradierea cu cobalt mi-a apărut pe față şi la rădăcina podoabei capilare o dermită seboreică. Timp de doi ani am urmat cu îndârjire tratamentul prescris, dar degeaba. Ce nu a reuşit tratamentul medicinii alopate a reuşit regimul naturist al d-lui Popa.

La ora actuală nu mai am nimic pe față şi asta ca un paradox, pentru că un medic dermatolog îmi spusese:

- Domnule, nu-ți face iluzii cu tratamentul şi cu această dermită pentru că o să te însoțească până în mormânt.

Fără comentarii!»

Încetuc-încetuc, s-au mai aşternut pe hârtie mărturii de viață, o viață care chiar dacă este frumoasă, nu iartă când greşim. Simt

nevoia să mă odihnesc puțin. Natura din jurul meu mă îmbie la reverie. După o iarnă blândă, primăvara își face tot mai simțită prezența prin soare, adieri ușoare ale vântului purtând miresme proaspete și călduțe ale naturii care se trezește din amorțeală.

Geamul de la camera mea este întredeschis. Aerul proaspăt pătrunde în încăpere, perdeaua albă tremură ușor, razele de soare se joacă în fereastră. Lacrimi de împăcare mi se revarsă din gând. Simt în aceste momente că toate sunt la locul lor, și bune și rele, că pe fiecare dintre noi ne așteaptă pacea după tumultul încercărilor vieții (februarie 1997).

GREŞELILE SE PLĂTESC

Doamna inginer Elena Grigore ajunsese, din cauza bolii, la numai 30 de ani, în pragul morții. După repetarea analizelor la pancreas şi căi biliare, prof. dr. Buligescu i-a spus soțului: "Este într-o situație fără ieşire, nu există nici un fel de tratament pentru tumori de pancreas. Şi nici nu se poate opera. "Şansele dânsei de viață, acordate de medici, mai însumau, poate, 2-3 luni. Iată ce ne povesteşte dânsa:

«Acestea fiind şansele acordate de medicină, am ieşit la cerere din spital, mai mult moartă decât vie, abia putând să fac cîțiva paşi, neodihnindu-mă noaptea din cauza durerilor. Ajunsă acasă, fără nici o îndrumare, am început un regim de crudități. După o perioadă de câteva luni de bine, au început din nou durerile, deci ceva nu mai mergea, greşeam undeva şi nu ştiam unde. Neacceptând gândul morții, am apelat din nou la medicină care mi-a dat acelaşi răspuns: "nu există nici un tratament şi nici intervenție chirurgicală nu se poate face." Profesorul Setlacek a mai spus: "Nu o pot opera, dacă nu a murit până acum, nu ştiu ce să mai cred, de ce natură e tumoarea. Tratament nu există, operație nu se poate face, poate Dumnezeu are o soluție." Dânsul nu ştia ce regim am ținut, probabil că nici nu m-ar fi crezut.»

În această situație, doamna îl caută pe .Valeriu Popa: "Cu dragostea pe care o aveți pentru oameni, vă rog să analizați cazul meu, crezând în dvs. că mă puteți salva. Iubesc viața, vreau să trăiesc. Salvați-mă, domnule Valeriu Popa!"

Adusă pe brațe de soțul ei la V.P., acesta îi spune: "Din punct de vedere fizic eşti moartă, energetic mai ai zile, dar trebuie să lupți din toate puterile tale ca să te autovindeci." Despre această luptă, Elena Grigore ne relatează din însemnările ei:

«Sunt 40 de zile de când am început tratamentul cu apa distilată. Rezultatele sunt extraordinare. Dacă pe 23 februarie abia mă puteam ține pe picioare, nu mâncam nimic pentru că nu aveam nici un fel de poftă de mâncare, nu dormeam deloc, aveam dureri

violente, mergeam numai susținută de cineva, după numai 20 de zile de regim, după revenirea din post, am putut să merg singură la dl. Popa. Pofta de mâncare mi-a revenit după o săptămână, am început să am chiar putere şi curaj să merg nesprijinită. Este pentru prima dată de mulți ani când mă simt bine, sunt zile întregi când nu am dureri. Nici nu-mi vine să cred !...

Ies pe stradă şi reuşesc să merg 2 stații pe jos. Nu obosesc. Sunt uimită că nu mă apucă durerile! Înainte, după ce mergeam câteva sute de metri, mă aşezam în mijlocul drumului din cauza durerilor. Primesc vizita unui prieten şi pot discuta 3 ore. Niciodată nu mă puteam concentra atâta timp!

7 aprilie.

Nu am dormit deloc din cauza durerilor. Am avut senzația că-mi plesneşte abdomenul; usturimi şi arsuri. Am venele foarte pronunțate. Tuse, temperatură 39 de grade.

15 aprilie.

În sfârşit, după 10 zile de dureri mari, continue, m-am sculat bine. Mi-a revenit pofta de mâncare. Tusea a început să-mi treacă. Beau suc de orz şi mă simt în putere. Mi-a spus doar dl. Popa că am de dus luptă grea cu boala, deci trebuie să lupt! În luna mai au fost zile întregi când m-am simțit foarte bine, mă puteam concentra, nu oboseam prea tare, aveam poftă de mâncare, iar starea sufletească era foarte bună. Dar au fost şi zile grele. Pe 2 mai, după amiază, mi s-a declanşat o criză puternică de pancreas, care, alături de durerea de cap, mi-a dat momente îngrozitoare. Abdomenul îmi era tare, credeam că plesneşte. Durerile nu au cedat nici măcar la comprese, dar îmi spuneam mereu: trebuie să înving, este o criză de eliminare, trebuie să suport totul, dl. Popa mi-a spus să mă aştept la dureri insuportabile, care sunt fireşti în vindecare. Cu greu, au trecut şi astea...

Este ziua numelui. Am invitat prieteni: toți mănâncă tort de ciocolată, dulciuri... Eu sunt chiar la ziua când "mănânc" apă, aşa

că... Nu mă interesează ce spun ceilalți, ei introduc în corp toxine, rezultatele se vor vedea mai târziu. Nu mă compătimeşte nimeni, ba chiar simt că mă admiră pentru ceea ce fac, deşi nimeni nu ştie exact regimul pe care îl urmez. Ei doar se minunează că mai sunt în viață.

Îmi este totuşi poftă de tort! Doamne, ce greu îmi este să mă abțin! Este doar tortul meu! Dar nu, trebuie să înving! Am învins!

21 mai.

Animalul a învins rațiunea. Ştiți ce-am putut să fac, d-le Popa? Am mâncat tort de ciocolată şi ruladă de cacao! Asta am făcut! Rezultatele s-au văzut imediat: dureri foarte mari în tot abdomenul, insomnie, oboseală mare, palpitații, tahicardie, nici poftă de mâncare nu mai am. Noaptea mă trezesc durerile din somn! Dureri insuportabile de cap, stare de vomă continuă. În plus, o stare depresivă accentuată, dureri ca înainte de începerea tratamentului. Mă aflam din nou în fața morții. Aş vrea ca ceea ce spun cu aici să fie un avertisment pentru cei care pornesc la un astfel de drum. Domnul Popa mi-a spus că nu am voie să mă abat nicicum, pentru că în situația în care mă aflu, este suficientă o mică abatere ca să dea peste cap tot efortul făcut. Cum de nu am reuşit să mă înfrâng? Mă simțeam extraordinar, eram aproape un om normal. Nu ştiu dacă dl. Popa mă mai salvează pentru a doua oară. Ceea ce doctorii nu au reuşit în atâția ani, Valeriu Popa a făcut în 2 luni, iar eu am dat totul peste cap într-o zi, într-o oră! Am mare nevoie de dvs., d-le. Popa!

22 mai.

Am vorbit cu dl. Popa şi mi-am recăpătat încrederea în mine, în tratament. Am ajuns la dânsul cu pulsul, cred, 160 şi am plecat liniştită, încrezătoare. Ce s-ar fi întâmplat cu mine şi cu toți cei în situația mea, dacă dânsul nu ar exista?»

Alte amănunte despre încercările prin care a trecut această tânără aflăm şi din scrisoarea adresată d-lui Popa de către un apropiat al

familiei, martor al procesului de vindecare. Prezint în continuare câteva fragmente:

«...Am scris aceste rânduri determinat de incredibilul eveniment la care am fost martor.

În ziua de 14 aprilie 1989, am făcut o vizită prietenei mele de familie, Lili Grigore, aflată în criză de 4 zile. Diagnostic - pancreatită tumorală şi edematoasă, tumoare ficat lob drept, infiltrație peripancreatică din anul 1987, an în care a fost şi pensionată gradul II, la vârsta de 31 de ani.

Pe data de 9 aprilie a fost chemată Salvarea. Doctorița a consultat-o şi i-a spus soțului că nu mai are nici o şansă de a trăi. I-a făcut morfină şi a întrebat dacă am auzit de dl. Valeriu Popa. Lili a auzit şi, lăcrimând, a spus că trăieşte datorită acestui mare Om.

Personal consider că dacă Lili trăieşte, aceasta se datorează în principal dvs. şi în al doilea rând ei pentru modul în care a luptat cu moartea şi a aplicat toate sfaturile dvs., inclusiv şedințele de concentrare şi imaginație. Pregătirea mea (sunt inginer totuşi) nu îmi permite să îmi explic miracolele de care dvs. sunteți capabil...

Am văzut oameni în pragul morții, veniți la dvs., care acum trăiesc, se bucură de viață.

Deci revin. În ziua de 14 aprilie 1989, la orele 13, am sunat la uşa prietenei Elena Grigore. Mi-a deschis cu greu, iar înainte de aceasta am auzit un zgomot. În drum spre uşă, aflându-se în criză, a căzut şi s-a lovit de cuier. Mi-am dat seama de starea gravă în care se afla. Am hotărât că trebuie să o duc urgent la dvs. Precizez că nu am putut să îi cer părerea deoarece era în stare de semiinconştiență, nu îşi mai simțea picioarele şi mâna stângă, era epuizată fizic. Am dat telefon unui coleg de serviciu şi l-am rugat să vină repede cu maşina ca să o pot transporta. La orele 14 eram la dvs., erați în spatele blocului, consultând circa 200 de persoane. Pentru că Lili era pacienta dvs. de 2 ani, iar pe mine mă cunoşteați, fiindcă am ajutat-o de foarte multe ori să ajungă la dvs., m-am strecurat printre

oameni şi v-am spus: "Lili este în stare foarte gravă. Este aici, în maşină." V-am văzut îngrijorarea pe faţă şi, lăsându-i pe ceilalţi să aştepte, aţi venit la maşină, unde Lili abia mai respira. M-au impresionat cuvintele cu care v-aţi adresat: "Lilişor sunt eu, mă auzi? Trebuie să trăieşti. Era aproape moartă. A urmat un ritm de mişcări deasupra capului, cu masaje, palpare, bătăi uşoare pe mâini, picioare, abdomen. Plimbaţi mâna peste mâna ei stângă şi am văzut cum, încet-încet, la comenzile dvs. a început să mişte degetele, apoi mâna. Am văzut cum corpul vibra ca un arc, a început să mişte picioarele. I-au dat lacrimile şi a spus: "Îmi simt picioarele", eraţi lângă ea şi aţi salvat-o din nou. Treptat a început să vorbească cu dvs. Am văzut cu ochii mei cum un om aproape mort revine la viaţă. V-aţi dus până acasă şi aţi revenit cu un pahar de suc de grapefruit, miere şi nu mai ştiu ce, "încărcat" cu energie; a recunoscut locul unde se afla.

La această revenire la viaţă au asistat foarte mulţi dintre cei aflaţi acolo. După 2 ore, toţi au văzut cum Lili a coborât din maşină, ajutată de dvs., greu, şi apoi din ce în ce mai sigură, a făcut alături de dvs. o plimbare cam de 30 de metri în văzul tuturor. Toată lumea era încremenită. Nimeni nu scotea o vorbă, era un miracol la care participaseră toţi cei prezenţi.

Am revenit a doua zi, având la noi un buchet de lalele drept recunoştinţă. Le-aţi ţinut puţin în mână şi le-aţi înapoiat. Aceste flori au fost folosite când avea dureri. Cu mâna "aţi palpat" din nou zonele (lucioase, foarte concentrat, ajutând la calmarea durerii; palpări, masaje, plimbări ale mâinii deasupra zonei pancreasului şi a ficatului. I-aţi făcut câteva recomandări în privinţa alimentaţiei, compreselor şi ceaiurilor ce urma să le folosească.

A treia zi a revenit cu soţul. De această dată i-aţi dat o creangă de plop, sfătuind-o să o folosească în zilele în care durerile sunt violente.

Am fost martorul unor evenimente pe care nu am capacitatea să le înţeleg. De un lucru sunt sigur, medicina nu mai putea face nimic. Lili trăieşte, urmează o alimentaţie bazată pe legume şi fructe şi

beneficiază de serviciile acestui Om. Am fost martor de foarte multe ori când boala necruţătoare creea dureri insuportabile şi cum un consult de 5-10 minute le reducea la limita suportabilului, după care cedau.

Această tânără (inginer chimist de profesie) are atâta putere de luptă, atâta dorinţă de viaţă, ambiţie, dar, bazate pe un suport solid - ajutorul d-lui ing. Valeriu Popa.

A luptat pentru viaţă şi luptă; luni de zile a băut numai apă distilată, a mâncat graham şi mere, a ţinut posturi, apoi un regim alimentar sever. Pe cine interesează cazul o poate contacta direct. Acum poate da detalii, povesti, explica ceea ce a făcut...

În finalul acestei scrisori vă mulţumesc încă o dată pentru această dorinţă de a ajuta oamenii rămaşi fără speranţă pentru ce au mai de preţ, viaţa.

ing. Ilie Eugen»

Uneori, hotărârile omului în faţa timpului sunt precum gheaţa în faţa soarelui. Pe moment, gheaţa îl înfruntă mândră, cu strălucirea şi soliditatea aparentă ce o caracterizează. Dar, după o vreme, ea devine treptat o şuviţă de apă ce se prelinge în pământ, într-o apă mai mare sau se evaporă. Ce a mai rămas din gheaţă?

La fel sunt şi multe din hotărârile omului. Pe moment par de nezdruncinat, corecte şi definitive. Dar, cu timpul, dacă mai sunt amânate, unele capătă şi alte înţelesuri, ajutându-te să-ţi reformulezi anumite păreri, decizii, să le vezi într-o altă lumină. Devii mai conciliant, mai dispus să mai laşi şi de la tine, îţi vine în minte o soluţie mai amiabilă sau se iveşte o conjunctură la care nici nu te-ai gândit înainte, mai avantajoasă şi mai lipsită de tensiuni. Poţi chiar să renunţi la hotărârea luată mai deunăzi, considerând-o acum neimportantă. De aceea cred că atunci când luaţi hotărâri importante pentru viaţa voastră, care vă pot schimba în mod hotărâtor soarta, după ce v-aţi decis, mai aşteptaţi 2-3 zile, dormiţi

noaptea liniştiţi, aveţi răbdare şi vedeţi cum mai gândiţi după cele câteva zile trecute. Poate veţi găsi o soluţie mai bună. Eu am fost surprins să constat, mai totdeauna, că atunci când am respectat acest principiu, aşa s-a întâmplat.

DIN ÎNTÂMPLĂRI ADEVĂRATE

În adolescenţă, iar unii dintre noi chiar şi mai târziu, năzuim sincer să găsim un om care să ne ajute să dezlegăm enigmele şi întrebările ce ne frământă, să ne vindece sufletul şi trupul de bolile pe care le ducem cu noi, să ne convingă prin exemplul faptelor sale.

Dacă îl găsim, uneori va face acest lucru ca să ne demonstreze că poate, dar nu ca să ne absolve de propria răspundere. Mai devreme sau mai târziu va trebui să învăţăm, să plătim singuri preţul propriilor greşeli, iar această învăţătură ne-o poate împărtăşi el. Există pe ogorul sufletului şi trupului nostru unele buruieni vechi şi adânci, de a căror existenţă nici măcar nu mai suntem conştienţi. Ele sunt cel mai greu de înlăturat, căci ne-am obişnuit atât de mult cu prezenţa lor încât nu mai facem nimic pentru a scăpa de ele. Şi ne întrebăm adesea de ce păţim cutare sau cutare necaz. Din cauza neconştientizării lor.

Există vreo soluţie? Da. Ne poate ajuta cineva să o aplicăm? Da. Acela care dovedeşte în mod repetat prin fapte că ştie şi poate ceea ce noi nu suntem în stare. Dar aplicarea ei cere multă pregătire şi răbdare.

Care este soluţia? Bolile psihice şi fizice ne aparţin. Noi le-am produs în trecut, pe drumul vieţii, al evoluţiei, al învăţării, cel mai adesea din necunoaştere. Deci în final tot noi trebuie să ne vindecăm de ele. Aici ne poate ajuta un învăţător, când suntem pregătiţi. Ne face conştienţi de rana noastră ascunsă şi uitată deschizând-o, curăţind-o şi punând puţină sare pe ea. Mai departe treaba o facem noi, ajutaţi de el, când avem nevoie. Aceasta este autovindecarea reală. Cu timpul, pe măsură ce ţi-ai învăţat lecţia începi s-o aplici singur, când simţi că este nevoie, ajutat de Natură şi de propria pregătire.

Scriind aceste rânduri, mi-au venit în minte vorbele bunului părinte Cleopa, când povestea despre momentele de rămas bun petrecute cu duhovnicul său, pe când era mai tânăr. Cerându-i un ultim cuvânt la despărţire, acesta i-a răspuns: "Răbdare, răbdare, răbdare.

Dar nu până la prăşit, ci până la sfârşit. " Un coleg care se afla cu părintele Cleopa a îndrăznit să insiste: "Cum, numai atât? " Iar duhovnicul a răspuns: "Da, răbdare, răbdare, răbdare. Şi când vi s-a părea c-aţi gătat, luaţi-o de la capăt; şi iarăşi; răbdare, răbdare, răbdare."

La începutul acestui capitol, mi-am amintit de mărturisirea făcută de dl. Alexandru Mironov, într-una din publicaţiile apărute după 1990. Ea este semnificativă pentru subiectul acestei părţi a cărţii, aşa că o voi prezenta în continuare.

«La şedinţele publice ale cercului de cercetări ştiinţifice Univers XX din Sibiu, prof. univ. Ion Mânzatu prezintă în premieră, pe un inginer capabil să pună diagnostice corecte! Profesorul organizează un fel de show, spectatorii se amuză la început, apoi sunt uluiţi, la urmă chiar se nelinişteşc de-a binelea, pentru că "ochiul" inginerului Popa vede adânc în interiorul corpului omenesc, iar sănătate perfectă nu are nimeni. Mie îmi va spune (fără să mă cunoască): dezvoltare asimetrică (explicaţie: am fost scrimer de performanţă timp de 22 de ani, de aceea reflexele, muşchii îmi sunt mai dezvoltaţi pe partea dreaptă) şi o cicatrice pe plămân în dreptul inimii (cu exact un sfert de veac în urmă avusesem un infiltrat intrahilar paracardiac)."

Pe fondul acestor trăiri personale, primind o casetă video în care erau înregistrate mai multe cazuri de boli foarte grave, unele dintre ele considerate de medicina clasică incurabile şi văzând rezultatele extraordinare obţinute de bolnavi urmând tratamentul naturist indicat de ing. Popa, dl. Mironov şi-a luat răspunderea să prezinte câteva din aceste cazuri la postul de televiziune, în cadrul emisiunii "Universul cunoaşterii".

Unul dintre oamenii care au trăit multe clipe frumoase, dar şi dramatice alături de dl. Popa, este poetul Adrian Păunescu. Dânsul obişnuia să îi spună "tata Valerică". De ce ? Pentru că avea doi taţi. Unul care i-a dat viaţă şi altul care îi întreţinea viaţa.

Odată, fiind în turneu cu cenaclul la Bacău, dl. Păunescu a aranjat să i se pună la dispoziție Casa de Cultură a oraşului şi posibilitatea de a se întâlni acolo cu toți cei care îl caută pe ing. Popa, convocându-i în acelaşi timp şi pe toți medicii valoroşi şi oficialitățile sanitare din oraş, transmițându-le calda rugăminte ca, dacă au ceva de spus, să zică în cadrul respectivei adunări. Să-1 nege, dar să o facă pe față şi să-i dea posibilitatea să se apere. S-au strâns cam 700-800 de oameni, iar pentru cei care veniseră mai târziu şi nu mai încăpeau în sală, s-au instalat difuzoare pe hol. Dl. Păunescu a lăsat cenaclul care se desfăşura la "Sala Sporturilor" şi a venit să-1 vadă pe nenea Popa, împreună cu câțiva colegi. împrăştiați prin mulțime au început să strige: "Demonstrație, demonstrație! Să pună diagnostic!" Valeriu Popa n-a ştiut cine-1 provoca şi a răspuns: "Eu pot să pun diagnostic, dar sunteți 1500 de oameni! Aş propune, dacă sunteți de acord, să văd măcar copiii." Şi copiii s-au aşezat într-o parte a sălii, într-un şir lung, iar Valeriu Popa stătea pe scenă, cu ochii închişi, tremurând uşor. La un moment dat în sală s-a făcut linişte. Dl. Popa nu se uita la copii, nu-i vedea, însă îi spunea fiecăruia boala de care a suferit, slăbiciunile, unde s-a lovit la cap. O clipă s-a oprit, apoi a spus: "Această fetiță are leucemie. Mama să mărturisească aici că a avut o sarcină toxică la trei luni, şi la şase luni a trecut iar prin încercări grele. Mama e constipată şi fumează. Poate vă întrebați ce legătură este între constipație şi fumat, pe de o parte, şi boala aceasta îngrozitoare. Păi iată care este explicația. Nu este nimeni din familie?" "Ba da", s-a ridicat o femeie, "sunt eu, bunica fetiței. Într-adevăr, domnule doctor..." "Nu sunt doctor, sunt inginer." "Într-adevăr, domnule doctor, aşa este. Venim de la Spitalul Fundeni cu fetița şi are leucemie. Maică-sa e zdrobită, nici n-a putut ajunge aici. Şi într-adevăr, mama ei, pentru că eu sunt bunica, mama ei fumează şi e constipată, scuzați-mi expresia." La cele spuse de femeie, V.P. îi răspunde: "Toxinele trec din mamă în făt, din moment ce mama-i constipată. Sângele fătului se îmbolnăveşte."

Atunci au fost puse 70-80 de diagnostice şi toate erau confirmate de părinți, iar unele, care nu erau cunoscute, au alarmat familiile în cauză şi ulterior, dl. Păunescu a primit de la câțiva părinți

confirmarea că diagnosticul dat a fost corect, dar atunci ei nu ştiau despre copiii lor că sunt bolnavi.

***

Altă dată, într-un alt loc din ţară. Timişoara, 1984. Dl. Păunescu povesteşte. «O familie, soţ şi soţie, intră la dl. Popa pentru o consultaţie. La un moment dat, femeia, foarte surprinsă de tot ce afla şi aproape fericită că afla, deşi nu erau lucruri prea plăcute, a zis: "Vai, ce rău îmi pare că fetiţa noastră nu e aici! Aţi fi fost poate de acord s-o vedeţi şi pe ea." La care i s-a răspuns: "Sigur că da , copiii trebuie văzuţi totdeauna primii." Oamenii se pregăteau să plece şi Valeriu Popa, închizând ochii, a zis: "Ia gândiţi-vă la fată." Şi a pus mâna pe mâna femeii, la încheietură. N-aţi prins-o bine, n-aţi prins-o bine. Gândiţi-vă mai atent, nu vă mai gândiţi la altceva", a zis dl. Popa. Şi, deodată, a confirmat că femeia se gândeşte precis la fetiţa ei şi că a prins-o foarte bine în imaginea mentală. Am ascultat înmărmuriţi cu toţii ceea ce "tata Valerică" rostea cu o viteză mult mai mare decât în vorbirea sa obişnuită. Era inspirat şi categoric, povestea scene din copilăria fetiţei, număra în imaginaţie loviturile la cap primite de copil şi pe care, fireşte, părinţii nu le luaseră în seamă şi nu le inventariaseră niciodată. Spunea exact ce fel de paraziţi intestinali are. Părinţii încuviinţau, pieriţi. La un moment dat rosteşte: "E tunsă scurt şi e îmbrăcată în roşu." Cu infinită delicateţe, cu jenă, într-un târziu, cei doi i-au spus lui Valeriu Popa că tot ce a relatat el despre fetiţă este adevărat, dar foarte adevărat, numai că fetiţa nu are cum să fie îmbrăcată în roşu, pentru că e într-o tabără la Săvârşin şi nu are haine roşii la ea. În plus, nu e tunsă scurt, ci are nişte codiţe superbe. Dl. Popa era convins de ce spunea, dar şi părinţii erau siguri de ce afirmau, doar ei îi făcuseră bagajul.

A doua zi părinţii s-au dus să-şi aducă fata acasă de la Săvârşin. În următoarea zi, la primele ore ale dimineţii au venit la dl. Popa: "Vrem să vă spunem că fetiţa a fost îmbrăcată în roşu pentru că a participat la carnavalul de sfârşit de tabără şi acesta a fost costumul care i-a fost dat şi că fetiţa e tunsă scurt, pentru că în tabără

apăruseră păduchii şi cadrele didactice luaseră această măsură. Suntem, pur şi simplu, uluiţi.»

Pe vremea când Valeriu Popa era director tehnic în industria bumbacului, colegii din conducere îi trimit, într-o bună zi, cererea unui om pentru a fi angajat la respectiva întreprindere. Dl. Popa a luat hârtia şi a pus, în stânga sus, următoarea rezoluţie: "Nu sunt de acord cu angajarea acestui criminai şi autocriminal." Şi a semnat: "Valeriu Popa." Când au văzut apostila, ceilalţi directori, inginerul şef, omul de la cadre, şeful contabil, au zis că-i o glumă. L-au întrebat, dar l-au întrebat degeaba. El îşi păstra punctul de vedere. Dar ceea ce mai ales îi enerva pe respectivii, era că Valeriu Popa pusese această rezoluţie fără să citească până la capăt cererea şi fără să-1 cunoască pe cel în cauză. "Nu vă pot spune nimic mai mult", a zis el. Însă opoziţia făcută n-a putut fi convingătoare pentru colegii săi, şi omul fost angajat la fabrică. După trei luni şi jumătate, patru luni, o poveste zguduitoare a circulat prin Bucureşti. Cetăţeanul, rămas singur acasă cu nora lui, a încercat să o violeze şi cum ea s-a opus, el a omorât-o şi apoi s-a sinucis. Anchetatorii s-au adresat şi lui Valeriu Popa. L-au rugat să le explice de unde a ştiut dânsul, cu patru luni înainte, de o crimă şi o sinucidere, că ele se vor petrece? N-au aflat mai mult decât ştiuseră şi colegii lui. Totuşi, această întâmplare confirmă o ipoteză susţinută mereu de dl. Popa: "În finit totul este programat, nimic nu e întâmplător".

***

Suntem în anul 1984. Acasă la dl. Păunescu atmosfera este destinsă. Acesta joacă şah cu un prieten de familie, dr. Apostol Turbatu. Dar mai bine să ascultăm ce ne relatează băiatul gazdei:

«Mutând una dintre piese, doctorul Turbatu spune: "Bă, Păunescule, ce tot ai cu vracii ăştia ? Ce tot îi susţii şi spui, tot timpul, prin Flacăra, că nu ştiu ce calităţi au ei, să vindece boli pe care medicina de performanţă nu le vindecă ? Mai bine nu te-ai mai lua după ei, că nu ştiu nimic! Îţi vorbeşte un chirurg..."

S-a întâmplat ca, în aceeaşi încăpere din casa noastră să se afle, citind o revistă cu şi despre animale, bioenergeticianul Valeriu Popa, Doctorul Turbatu nu îl cunoştea, şi oricum, nu prea îi păsa de nimeni când avea de spus ceva. Cu atât mai mult cu cât în cazul de faţă era vorba de meseria sa, aflată în lupta cu ramurile noi, neclasice ale sănătății. Auzind atacul violent împotriva "vracilor", reprezentantul cel mai de seamă al însănătoşirii naturiste s-a ridicat din fotoliul lecturii şi i-a spus doctorului Apostol Turbatu: "Decât să vorbeşti aşa doctore, mai bine ai avea grijă de dumneata. Vezi ce faci că ai în buzunar cancerul de colon, cancerul de rect..."

Doctorul Turbatu a râs şi a replicat imediat că sunt aberații afirmațiile lui Valeriu Popa, pentru că abia şi-a făcut, de puțină vreme, analizele la spitalul "Elias", la fratele său, tot medic, şi are toate rezultatele bune. Chiar şi-a îndemnat partenerul de şah să fie atent cu "vracii", că nu ştiu ce spun şi susțin tot felul de năstruşnicii. Din nefericire, peste câteva luni, diagnosticul pus de dl. Popa s-a confirmat. Dl. Turbatu s-a internat, iar analizele au pus în evidență un cancer de rect, exact cum văzuse "vraciul" înainte ca boala să se manifeste prin semnalmente obişnuite.»

Cum este posibil acest lucru? Dl. Popa ne explică: "Boala apare în sistemul energetic cu mult timp înainte de manifestare în corpul fizic. Energeticul persoanei pe care o diagnostichez îmi dă informațiile atât de exacte. Nu eu îi spun. El îşi spune prin mine ce are, pe o cale necunoscută încă. Dar atenție, îşi spune numai ce are dreptul să ştie, dacă are voie să ştie."

Un caz asemănător s-a petrecut şi cu doctorul Suciu de la Sibiu, prin 1982, când dl. Popa 1-a avertizat că este în pericol să pățească un atac cerebral. Doctorul Suciu a râs şi el de inginerul bucureştean, spunând că abia venise de la Cluj, unde, prietenul său, doctorul Stăncioiu, i-a scos analizele perfecte. N-au trecut decât şase luni şi doctorul Suciu a suferit o congestie cerebrală complicată.

Pentru mulți dintre noi este într-adevăr greu să acceptăm o gândire atât de neconvențională. Dar faptele d-lui Popa o susțin. Dânsul

spune, legat de acest lucru: "Pe mine mă cred numai cei care au căzut în prăpastie şi i-am ajutat să iasă... atâta timp cât mă ascultă şi fac ce le spun."

***

O altă întâlnire dramatică, la care a fost martor direct şi dl. profesor doctor Ion Mânzatu, a avut loc între Valeriu Popa şi marele nostru actor, mult iubitul Amza Pellea, pe vremea când acesta era deja într-o stare avansată de boală, cancerul cotropindu-i organismul.

Despre această întâlnire, dl. Mânzatu ne povesteşte:

«Din prima clipă şi-au zâmbit unul altuia, cu căldură iscoditoare, găsindu-se repede, cu evidentă satisfacție, că sunt de pe aceleaşi meleaguri oltene. Dialogul s-a legat repede, natural. După începerea diagnosticării - precizez că "olteanul diagnostician"(O.D.) pune diagnosticul fără nici un instrument convențional, fără să aibă nevoie de buletine medicale de analiză, fără să-l mai fi văzut vreodată pe cel bolnav, ci numai prin simpla strângere a mâinii pacientului, sau recepționându-i câmpul biologic de la distanță - dl. Popa, avîndu-ne ca asistenți pe trei dintre cei mai apropiați "olteanului suferind "(O.S.), În mai puțin de jumătate de oră aşternu în fața noastră, aproape necruțător şi cu toate acestea deosebit de calm şi cald - desigur, adresându-se direct celui în cauză - tot ce voi relata în continuare. Aşadar...

O.D.- Ştii ce ai ?

O.S.- Din prima zi când, din pură întâmplare, un prieten medic m-a consultat, după ce i-am cerut un certificat medical. Am intrat sănătos şi am ieşit din cabinetul lui cu diagnosticul "cancer" şi convingerea medicilor că nu mai am de trăit decât trei luni. Mie nu mi-au spus nimic, dar serviciul meu oltenesc de informații mi-a adus vestea în aceeaşi zi. De atunci, evident, ştiu tot, dar, uite "Taică", nu s-au adeverit încă spusele lor.

O.D.- Şi te temi?

O.S. - Nu.

O.D.- Vrei să-i infirmi pe medici sau să-i confirmi ? Aici a intervenit şi subsemnatul:

I.M.- Maestre, mi-aţi promis că o să jucaţi, în sfârşit, cel mai mare rol din viaţa dvs. Noi vă vom pregăti textul şi vom face chiar şi regia. Vreţi?

O.S.(gânditor) - Da, vreau!... (apoi mai ferm). Evident că vreau.

O.D. - Fiindcă ştii totul, sau aproape totul despre matale, am să-ţi spun exact ce este rău în organismul despre care, sper că ai să o recunoşti, ai crezut că e din oţel, că nu va cădea niciodată şi că-ţi poţi bate joc de el oricum, cu 60-80 de ţigări pe zi, cu "tării" gustoase, cu nopţi nedormite, cu miel, purcel, viţel, pui din belşug şi cu multe altele.

O.S. - Da, maestre, recunosc, aşa am crezut multă vreme. Da acum...

O.D.- În primul rând, va trebui să scăpăm de nenorocitul ăsta de lichid abdominal, care te face cu burtă şi a cărui provenienţă este din "limfa coagulată", stazată acolo din pricina obturării canalelor limfatice principale.

O.S. - (strigând către soţia lui). Ţi-am spus eu, ciocârluţo, că am lichid !?

O.D.- Lasă asta. Mai bine fii mulţumit că transpiri din abundenţă, că organismul se apără astfel căutînd să elimine toxinele şi răul care te face acum să suferi. Din păcate, constipaţia cronică care te necăjeşte - de care medicina actuală nu se prea ocupă, deşi este cauza cauzelor şi boala numărul unu a secolului nostru - împiedică evacuările fireşti ale resturilor digestiei.

O.S.- Da, meştere, aşa este.

O.D.- Pe urmă, ai cam exagerat cu carnea, mai ales cu cea tânără, consumând cantităţi cam mărişoare şi ai creai astfel în intestinele matale mediul optim pentru ca o colită de putrefacţie să te răvăşească acum în toate chipurile.

O.S. - Da, bine ai zis, e tare nenorocită. Am mâncat vreo trei viţei în vara asta şi câteva vaci pe deasupra. Şi uite ce-am devenit...

O.D. - Îmi place, ţi-ai păstrai umorul... Cordul îl ai bun, ficatul crescut, rinichii obosiţi, pancreasul afectai, sângele intoxicat...

O.S. - Măi "Taică", da mai e ceva bun în mine?

O.D. - Este, în primul rând psihicul şi întreaga-ţi structură bioenergetică. După cum te simt cu, ai evidente resurse de revenire şi dacă vei vrea, o să te mobilizezi ca să învingi şi să-ţi poţi juca rolul cel mare, de care vorbea profesorul.

O.S. - (gemând uşor) Bine, îl voi juca.

O.D. - Excelent! Acum hai să încercăm un "mârâit",să gemem împreună.

O.S. - (după primele încercări). Nu pot "Taică", nu mă lasă burduhanul ăsta nenorocit. Arză-1-ar focul!

O.D. - Ba ai să poţi! Aşa, treci pe sunete mai joase... Bine...Văzuşi ? Numai aşa poţi oxigena toate cotlonaşele pulmonare, gemând cât mai lung. Şi fiindcă eşti mereu neliniştit şi nu dormi bine, începând chiar din seara asta, doamna matale îţi va face frecţie cu soluţie din oţet de mere şi apă, în special pe partea inferioară a trupului. Poate ai observat că partea de jos a corpului matale este mereu mai rece decât cea de sus care transpiră într-una. După ce o să egalizezi temperatura pe tot corpul, vei dormi minunat.

Faptul că O.S. avea partea inferioară mai rece, O.D. o sesizase de la distanţă.

O.S. - Şi chiar crezi, meştere, că aşa o să dorm ?

O.D. - În mod sigur!

Fac o pauză în acest dialog, confirmând că numai după trei zile de când s-au petrecut acestea, O.S. a început să doarmă din ce în ce mai bine. În seara aceea s-au mai întâmplat următoarele:

I.M. - Ar fi bine să vezi care din alimente, ceaiuri şi vitamine sunt compatibile cu starea maestrului.

O.S. - Asta ce mai e, bre?

O.D. - O să vezi îndată. Fac încă odată precizarea că O.D. testează produsele fără vreun aparat special, numai prin capacitatea mâinilor sale de a recepționa acceptul sau neacceptul bioenergetic al pacientului.

Rând pe rând, alimentele, vitaminele, ceaiurile, inclusiv o medicație specială, preparată pentru boala canceroasă de către dr. Iulică Voinea, au fost acceptate sau respinse, ca bune sau rele. Majoritatea produselor testate - prin simpla verificare a vibrațiilor specifice fiecăreia dintre ele - s-au dovedit a fi bune pentru pacient. N-au trecut însă examenul următoarele: peştele proaspăt (un caras), nefiind din ape sălbatice (O.D. a sesizat acest lucru de la distanță), medicația anlitumorală (după părerea lui O.D. ar fi prea dură pentru stadiul bolii), pâinea albă, unul sau două ceaiuri, dintre care unul era cel de rostopască, deşi se ştie că acesta are efecte pozitive în ameliorarea bolilor neoplazice.

O.D. - Asta nu merge, ai prea multă rostopască în matale ! Am făcut ochii mari, dar ne-a lămurit imediat maestrul.

O.S. - Da, domnule, cocârlele mele (aşa le spunea el soției, fiicei şi surorii sale) m-au îndopat toată vara cu saci de rostopască.

O.D. - Nu-i nimic, pe ăsta-l scoatem deocamdată şi rămân să scoatem lichidul din abdomenul soţului. Faceţi rost neîntârziat de hrişcă şi ghimbir. O cataplasmă de câteva minute din ghimbir, aplicată pe toată suprafaţa abdomenului, şi apoi una de câteva ore, din pastă de hrişcă, face minuni. Şi vă mai trebuie să instalaţi în camera maestrului un aparat pentru produs ioni negativi şi să evitaţi încălzitoarele electrice.

Soţia lui O.S. - Şi cu ce o să înlocuim carnea, peştele şi ouăle ? O să se prăpădească de foame.

O.S. - Mai tacă-ţi ciripitoarea, cocârlo, ţi-am mai spus că voi mă hrăniţi aiurea. Asta o simt eu, aici, în mine!

O.D. - Fiţi liniştită doamnă, nu se va prăpădi deloc. Îl veţi hrăni cu pastă de polen - care conţine aminoacizi, vitamine, săruri şi altele - amestecată cu miere, brânză de vaci, pulpă de lămâie opărită cu apă, sucuri crude de morcovi, varză albă, sfeclă, pătrunjel şi ţelină, cu apă organică (apă fiartă, răcită şi ţinută într-un vas o noapte întreagă împreună cu pulpele de la fructele şi legumele stoarse pentru suc), pâine neagră uscată (nu prăjită), vitamina C 500, supă sau suc de ceapă roşie coaptă în cuptor şi adăugaţi ceea ce v-a propus profesorul, ca remediu natural pentru blocarea mecanismului genetic al maladiei. Vom realiza astfel două lucruri simultan - blocarea bolii şi refacerea organismului. Restul depinde de voinţa matale, maestre, ca să-ţi poţi juca rolul cel mare, aievea...

În acea seară de sâmbătă, 5 noiembrie 1983, demonstraţia lui Valeriu Popa m-a convins definitiv şi m-a făcut să înţeleg mai mult ca oricând, cât de mare este nevoia să ieşim din canoanele convenţionale, să nu credem că lumea şi materia sunt numai ceea ce ştim acum.

Nu pot încheia cele relatate fără câteva veşti de ultimă oră (miercuri, 9 noiembrie 1983, orele 10 dimineaţa). În cursul celei de-a treia întâlniri, O.S. ne-a informat, cu vocea mult revenită, mai calmă şi veselă, cu culoare în obraji şi umor sănătos, că "a mai găsit un sac de voinţă, deşi aeroportul e prea încărcat de zboruri."

A mai adăugat că e hotărât să participe, cu cotă parte egală, la această cumplită bătălie pentru raza de lumină şi viață. În al doilea rând, primele trei cataplasme de hrişcă aplicate din 4 în 4 ore au extras din abdomenul bolnav, prin porii pielii, ceva mai bine de un litru de lichid.»

Dar "Nea Mărin" nu bănuise cât de grea va fi lupta. A dus-o o vreme, reuşise să i se dezumfle burta, însă până la urmă a făcut nişte greşeli şi boala n-a mai putut fi ținută în frâu. La o ultimă întâlnire cu Valeriu Popa, la un moment dat, Amza Pellea i se adresează astfel: "Oltene, mulțumesc că mă ajuți, însă acum turnul de control e încărcat. Aeroportul nu mai primeşte. Dacă veneai acum trei luni sunt sigur că mai era o şansă. Te rog, ajută-mă să mor uşor."

În ziua când tocmai terminasem rândurile de mai sus, discutând cu dl. Popa, aflu de la dânsul că în acea zi se împliniseră exact 12 ani de la moartea lui Amza Pelea.

***

În viața fiecăruia dintre noi apar momente când avem impresia că suntem la capătul puterilor, că nu mai putem îndura suferința sau greutățile vieții. Ce bine este ca atunci să avem pe cineva care să ştie cum să ne ajute să le trecem mai uşor. De un astfel de moment este vorba şi în continuare.

Într-una din seri sună la telefon o doamnă din Satu Mare, care suferea de o afecțiune destui de gravă şi începuse să facă cura de dezintoxicare de 14 zile cu apa distilată, era cam pe la sfârşit şi îi spune lui nenea Popa că nu mai poate, că îi este rău, că nu se mai poate scula din pat şi îl întreabă ce să facă ? Are loc aproximativ următorul dialog:

Valeriu Popa (V.P.) - Unde eşti doamnă ?
Doamna (D.) - Acasă, în pat.
V.P.- Ai făină în casă ?
D.- Da, am.

V.P.- Un borcan gol ai ?
D.-Da.
V.P.- Umple-l cu făină. După câteva secunde de linişte se aude din nou vocea femeii:
D. - Da, l-am umplut.
V.P.- Lumânare ai prin casă ?
D. - Da, am.
V.P. - Chibrituri ai ?
D. - Da.
V.P. - Ia lumânarea, pune-o în borcanul cu făină şi aprinde-o. Mai trec câteva secunde şi se aude iarăşi vocea la telefon:
D. - Da, am aprins-o.
V.P. - Acum suie-te în pat.
D. - M-am suit.
V.P. - Întinde-te cu faţa în sus, pune mâinile pe piept şi aşteaptă. Urmează câteva clipe de linişte. Nenea Popa aştepta răbdător. La un moment dat se aude în telefon un strigăt de surprindere amestecat cu spaimă:
D. - Aoleu, asta pentru mine arde. Dar eu nu vreau să mor!

Doamna a sărit din pat, s-a apucat să facă treabă prin casă, a ţinut dezintoxicarea până la sfârşit, apoi regimurile indicate şi astăzi mai este încă în viaţă.

***

Boala şi suferinţa nu l-au ocolit nici pe Valeriu Popa, de-a lungul vieţii. Iată ce ne povesteşte despre zilele când era să moară, având cancer pulmonar avansat.

«Aveam 20 de ani şi eram internai în spitalul din Caracal. M-au ţinut două zile şi mi-au spus: "Mergeţi acasă că nu mai aveţi nici o şansă". Acasă am început să expectorez sânge. Mama plângea. Mi-au ţinut lumânările. În această trecere între viaţă şi moarte, mi-am adus aminte de o povestire din timpul internatului la Craiova. Jucam şah cu un coleg şi aţii doi stăteau la capătul patului discutând: "Bă, fratele meu era să moară de congestie pulmonară." Întrebat ce a făcut, acesta răspunde: "Mama a pus într-o strachină

un pietroi încins şi a turnat peste el frunte de cazan, adică ţuică de 70-80 de grade, apoi a introdus vasul sub plapumă." Prin volatilizare alcoolul din ţuică a intrat sub plapumă, el a stat ca sub un clopot şi a început transpiraţia. Aducându-mi aminte de această întâmplare, i-am spus mamei când mă aflam pe patul de moarte. Mama a zis: "Hai să-ţi fac, că aşa este bine, să satisfaci ultima dorinţă a celui aflat în pragul morţii." Deci, mi-a pregătit la rugămintea mea un castron în care a pus o piatră încălzită la foc şi a turnat alcool peste el. Nu mai vedeam plafonul parcă era în ceaţă. Pe fereastră nu vedeam decât foarte slab. N-am ştiut şi am băgat capul sub plapumă. Am tras spirt din acela volatilizat şi m-am înecat şi au început să iasă din mine cantităţi enorme de sânge - hemoptizie. Mama s-a speriat. Am adormit şi am transpirat. Şapte schimburi în decursul unei nopţi. Primul cearceaf în care s-a depus transpiraţia s-a oxidat, încât s-a rupt, aşa de puternică era toxina.

Dimineaţa când m-am trezit, am început să văd plafonul, pe fereastră vedeam ciorile care zburau, mi se limpeziseră ochii. Mama, când m-a văzut aşa rumenit la faţă, nu mai ştia ce să creadă. I-am spus să îmi mai facă odată. N-am mai transpirat aşa de mult şi seara am ieşit să mă plimb prin curte. Vecinii, când mă vedeau, ziceau că a înviat mortul. Am poftit puţin mujdei de usturoi cu piept de pui. Mi-a pregătit mama. Am supt numai puţin şi de atunci m-am sculat din pat. Atunci am înţeles că printr-o transpiraţie puternică, elementele toxice care se fixaseră în organism au fost eliminate. Sângele a început să-şi reintre în drepturi, permiţând autovindecarea.»

***

Uneori e prea târziu. Dar şi atunci un ajutor există, trecerea e mai uşoară.

Fiind în Bistriţa cu serviciul, aflu într-o zi de la colega mea de birou, doamna Nicoară, o femeie cu un suflet deosebit, că tatăl dânsei este grav bolnav. Mai trec câteva zile şi văzînd-o necăjită, îi vorbesc de regimurile lui nenea Popa şi de rezultatele obţinute de unii pacienţi. Mergând acasă la dânsa, vorbesc cu tatăl ei şi cu cei

din familie, iar aceştia sunt de acord să facă şi această încercare. Era destul de greu, căci tatăl era paralizat cu o parte a corpului, nu se putea mişca şi acuza aproape în permanență dureri în tot corpul, neputând să doarmă decât foarte puțin în timpul nopții. După mai multe zile de regim, simptomele s-au ameliorat, durerile s-au diminuat foarte mult, a început să doarmă noaptea, s-a liniştit, iar funcțiie de eliminare s-au normalizat.

Cei din familie au observat imediat aceste ameliorări, străduindu-se din răsputeri să-l îngrijească cât mai bine. Trecuseră aproape două luni, când, într-una din zile, aproape de ora 11, doamna Nicoară anunță că tatăl dânsei murise în acea dimineață. Regimul fusese bun, dar a fost început prea târziu, cînd boala nu a mai putut fi învinsă. Mai târziu, Nelu, băiatul colegei mele, mi-a mărturisit: "Dacă ştiam mai din vreme de acest regim, nu-1 mai chinuiam pe bunicu' ducându-1 până la Bucureşti, să suporte o operație la cap, la vârsta lui, şi cine ştie, poate acum mai trăia."

Poate unii dintre dvs. sunteți nedumeriți, poate vă întrebați: "Şi ce rost au avut toate acestea dacă tot a murit ?" Da, dar a murit fără dureri, fără droguri, liniştit, uşor. Dar cine poate înțelege acest lucru? Numai cei care au stat alături de persoane dragi, aflate în grele suferințe, între viață şi moarte sau care au murit în chinuri, ori s-au chinuit mult înainte să moară.

Tot de Bistrița mă leagă şi o altă întâmplare care mi-a rămas adânc întipărită în suflet. într-una din zile, era cald şi plăcut afară, spre sfârşitul primăverii. Mergând prin oraş mă abat pe la o biserică ce se afla în apropierea casei mătuşii mele. Am simțit nevoia să intru puțin, să mă reculeg. înăuntru, biserica era luminată de lumânările aprinse şi de razele soarelui ce pătrundeau prin geamurile mari, une' albe, altele colorate. Era înainte de amiază, biserica aproape goală dacă erau 2-3 persoane care se rugau. M-am oprit în mijloc şi admiram lumina şi liniştea din jur. Eram îmbrăcat cu nişte pantaloni mai lărguți, o cămaşă de culoare albastru pal şi un pulover pe deasupra. Fără să observ, din spate vine spre mine o călugăriță care se îndrepta spre altar, având ceva treabă acolo. Când ajunge în dreptul meu încetineşte mersul, mă priveşte, apoi lasă

capul în jos şi mi se adresează: "Sărumâna părinte", după care se îndreaptă spre altar. Luat prin surprindere, am rămas mut. Apoi, după ce făcuse vreo doi, trei paşi, am încercat să bâigui nişte scuze, căci, evident, era o confuzie la mijloc. Dar ea nici nu m-a luat în seamă, continuându-şi drumul, de parcă eu aş fi fost cu adevărat preot din totdeauna.

Nu mai înțelegeam nimic. Biserica era foarte bine luminată, eu eram un economist tânăr de 28 de ani, îmbrăcat civil, bărbierit proaspăt căci mergeam la serviciu şi trebuia să am o anumită ținută, deci nu aveam nici măcar barbă; atunci de unde acest atât de clar, de sigur şi convins,"Sărumâna părinte"?

Eu nu o cunoşteam pe această călugăriță, nu o văzusem niciodată până atunci, iar ea, după ce mi s-a adresat astfel a trecut mai departe, senină, neluând în seamă bâiguiala mea. Pentru ea totul era limpede. Eu eram un părinte pe care, chiar dacă nu îl cunoştea, 1-a salutat conform regulilor bisericeşti. Cum e posibil aşa ceva ? Ce se întâmplase de fapt în acea zi de început de vară, într-o biserică din Bistrița, cu mine, cu ea?

Abia după ani de zile, fiind alături de nenea Popa, la un moment dat, pe neaşteptate, am primit răspunsul.

***

În preajma lui Valeriu Popa enigme se leagă, enigme se dezleagă. Cu mulți ani în urmă, fiind chemat la Centrul de Librării din Calea Moşilor, îl întâlneşte pe directorul instituției, care ar fi dorit să i-o prezinte pentru consult şi pe fiica sa, dar momentan nu se afla acolo. În timp ce dl. Popa îi consulta pe unii dintre funcționari, directorul îi cere lui Adrian Păunescu, de față, telefonul inginerului pentru că ar vrea, în zilele următoare, să îşi aducă şi fata la consult. "Dar nu-i nevoie" răspunde A.P. "Dl. Popa poate să vă spună ce probleme are fata dvs. şi dacă ea nu e de față." Un asemenea lucru directorul nu-1 poate crede. Dar când Valeriu Popa îl ia de mână, îi spune să se gândească la fiica sa şi apoi îi înşiră toate problemele de sănătate pe care le are copilul, în birou se lasă tăcerea. Tatăl

fetei confirmă integral diagnosticul şi întreabă cum este posibil un asemenea fenomen : "De unde să ştie inginerul că fata a avut fractură la coasta a patra, că are sensibilităţi cardiace, că e operată de două săptămâni, că a avut o fractură la piciorul stâng mai de mult, că are părul lung până la umeri şi poartă ochelari cu rama neagră, dacă nici n-o cunoaşte măcar?"

Iată ce răspunde Valeriu Popa:

"Trebuie să ne obişnuim să acceptăm că suntem creaţi din energie, aflată în două stări: starea fizică, pipăibilă şi cea bioenergetică, demonstrabilă mâine, proces care a început deja.

Partea fizică este de fapt energie condensată. Eu simt emisiile bioenergetice aşa cum dvs., dacă puneţi mâna în dreptul spărturii dintr-o minge, simţiţi cum iese curentul de aer. Şi trebuie să ne mai obişnuim să înţelegem că există şi ceea ce nu simţim sau nu percepem încă. Noi, aici, în această încăpere, dacă facem linişte şi privim în jur, vedem câteva mobile, nişte pereţi, ştim că respirăm aer, că este frig şi că auzim unele sunete dacă deschidem geamul, spre stradă. Şi credem că în afară de acestea nu mai există nimic. Dar, dacă aducem un aparat de radio şi îi dăm drumul, constatăm că în jurul nostru există o mulţime de vibraţii, de energii, pe care nu le simţim decât dacă facem rost de un receptor specializat. Eu sunt un astfel de receptor foarte sensibil al bioenergiei dvs. şi, dacă nu vă vine să credeţi că pot simţi altfel decât dvs. vibraţiile bioenergetice pe care le emiteţi, gândiţi-vă la paralela pe care am făcut-o cu aparatul de radio. Acest dar încerc să-l folosesc numai spre binele oamenilor. Mâine, când ştiinţa va adânci cunoaşterea omului, se va explica ceea ce eu, astăzi, încerc să fac prin ceea ce sunt."

***

În 1981, aflându-se la Tg. Mureş, Valeriu Popa i-a spus lui Tică B., la câteva clipe după ce au făcut cunoştinţă, că are varice dureroase la glezna stângă, că are hipertensiune, că, la naştere a fost un copil uriaş şi că a venit pe lume cu picioarele înainte. Stupefiat omul a

confirmat că la naştere a avut 5.400 kg. şi că a fost născut cu picioarele înainte, lucru pe care nu-l ştia decât el şi mama sa.

***

Altă dată, fiind în holul hotelului "Continental"din Timişoara, prin anul 1982, i-a spus unei femei care venise cu poza sorei sale pentru diagnosticare, că nu mai are sens să o analizeze, deoarece sora sa a murit. Peste câteva ore femeia şi-a vizitat sora, a aflat cu stupoare că abia se stinsese din viață şi a revenit la hotel să spună că Valeriu Popa a avut dreptate.

***

Tot dl. Adrian Păunescu ne povesteşte cum în turneul estival al cenaclului Flacăra din 1982, pe litoral, la Mangalia, Valeriu Popa a fost încolțit de câțiva câini polițişti ai forțelor de ordine care asigurau paza grădinii de vară. I-a imobilizat printr-o simplă apăsare şi un transfer energetic, în zona gâtului, lăsându-i cu burta în sus. King, câinele familiei Păunescu, nu a acceptat niciodată prieteni în afara stăpânilor casei. Totuşi, de îndată ce dl. Popa s-a apropiat de el King nu a mai lătrat, s-a lăsat pe burtă şi aproape că a paralizat, până ce Valeriu Popa s-a depărtat la 2-3 metri, moment în care câinele a reînceput să latre.

***

Într-una din zile bate la uşa lui nenea Popa o doamnă care venise să-i ceară ajutor pentru o suferință ce nu-şi găsise rezolvare pe cale medicală. Abia începe să spună despre ce-i vorba că dl. Popa o întrerupe brusc: "Nu te pot ajuta pînă nu te duci să ierți cele cinci persoane pe care le urăşti!" Femeia ramâne fără replică. După un timp reuşeşte să murmure: "Da eu nu urăsc pe nimeni." "Ba da, ai cinci persoane pe care le urăşti. Şi dacă vrei să ştii, una dintre ele este chiar mama ta. Cînd era însărcinată în luna a 3-a a vrut să te avorteze, a făcut chiuretaj şi n-a reuşit, iar apoi te-a lăsat. Deci, nu te pot ajuta până nu-i ierți. Te duci în biserică cu ei şi acolo îi ierți.

Îi pupi şi le spui: Te-am iertat şi te-am uitat. Apoi vii la mine şi îți spun ce să faci."

Femeia pleacă năucă, neştiind ce să mai spună. După câteva zile apare din nou la nenea Popa, senină, surâzătoare, parcă era alt om. Nu ziceai că ar fi fost vreodată bolnavă. Cu recunoştință în glas, îi mărturiseşte: "Ați avut dreptate. După ce am plecai de la dvs. m-am tot gândit, m-am frământat şi, într-adevăr am găsit cinci persoane pe care le uram. Nici nu-mi dădusem seama până acum. Le-am căutat şi le-am spus că le-am iertat. Şi în legătură cu mama ați avut dreptate. Când i-am spus, aproape că era să leşine, dar am luat-o mai pe îndelete, cum m-ați sfătuit, aşa că până la urmă mi-a spus că, într-adevăr, în luna a 3-a a vrut să scape de mine, căci se certase cu tata şi nu mai vroia să mă țină."

***

Principiile unei vieți sănătoase, echilibrate şi corecte, dl. Popa a căutat să le transmită şi familiei, celor doi copii ai săi. Băiatul cel mare, Adi, era de mic atras de vapoare, de mare şi de profesiunea de marinar, însă era o fire mai boemă, independentă, veselă, care se adapta cu dificultate rigorilor unei vieți ordonate, desfăşurată după un program fix. Din această cauză se întâmpla uneori, chiar şi mai târziu, în clasele de liceu, să întârzie la şcoală şi să ajungă la ore după ce profesorul intrase în clasă. Atunci bătea la uşă, intra încet şi, foarte politicos, se scuza şi cerca să i se permită să intre la oră. În sprijinul său veneau şi unii colegi care o rugau pe profesoară să îl ierte spunând: "Doamnă, de-ați şti ce departe stă de şcoală şi cât de greu ajunge până aici!" De obicei profesoara îl ierta şi îi permitea să intre. Partea nostimă a întâmplării era că şcoala se afla peste drum de casa lui Adi, cam la 200 de metri de locuința sa.

Cu toate acestea, până la urmă s-a hotărât să urmeze Institutul de Marină şi, după ce a luat examenul de admitere printre primii, fiind un copil care învăța foarte bine, a urmat viața în regim militar, cu rigorile ei, învățătură şi militărie. Numai că el nu era obişnuit cu aşa ceva şi a suferit destul de mult până s-a adaptat noului stil de viață (la marină dăduse şi la insistențele tatălui său).

Primele luni de instrucție şi şcoală trec mai greu, dar vine şi clipa depunerii jurământului. Cu acest prilej, tatăl lui vine să asiste la acest eveniment, iar la sfârşit Adrian obține o învoire de 48 de ore, putând să în oraş până a doua zi seara. După ce şi-au petrecut ziua în oraş, spre seară au luat o cameră la un hotel, ca să poată ramâne împreună şi a doua zi. Dl. Popa, fiind obosit s-a culcat, iar Adrian a mai zăbovit, citind şi frunzărind nişte reviste. Dimineața, când se trezeşte, dl. Popa vede cu uimire cum hainele lui şi ale lui Adi erau aranjate ordonat, parcă erau scoase de la "Nufărul", iar când iese pe hol surpriza este şi mai mare când observă pantofii aliniați frumos la perete, curățați, dați cu cremă şi lustruiți, de parcă ar fi fost noi. Aducându-şi aminte de vremea când Adi era acasă şi de felul lui, constată cu plăcută surprindere: "Ce s-a schimbat Adi al meu, e de nerecunoscut!"

Mulți dintre cei care sunt lângă dl. Popa mărturisesc că uneori, deşi îl respectă şi îl îndrăgesc, au un sentiment de frică când se află în fața lui. Şi au dreptate. Căci o asemenea întâlnire cu tine însuți prin "nenea Omu" poate deveni în orice clipă cutremurătoare, dacă se produce. Rămâi bulversat, aproape întregul tău sistem de valori, ce credeai despre tine şi despre lumea în care trăieşti, se năruie într-o clipă, dintr-o dată se dovedeşte că a fost fals. Dar tot dânsul te ajută apoi să te reclădeşti din nou, mai bun, un pic mai aproape de cuvântul Om, şi încă un pic, şi încă...., de cuvântul Om.

Într-una din seri, uitându-mă prin nişte acte, îmi pică în mână o scrisoare al cărei conținut mi s-a părut potrivit pentru acest capitol, aşa că voi spicui câteva fragmente din ea:

« Constanța, 30.12.1984

...Mă numesc Gheorghe Lepădatu, locuiesc în Constanța, b-dul Tomis nr. 336, am 40 de ani şi sunt doctor inginer în specialitatea chimie alimentară.

II cunosc de mai mult timp pe dl.Popa şi sunt unul din cei care au beneficiat de autotratamentul indicat de domnia sa. Mai concret, la

începutul anului 1980, un reputat medic cardiolog mi-a stabilit diagnosticul cardiopatie ischemică şi am intrat pe un tratament medicamentos şi un regim de slăbire. Am aplicat corect medicația prescrisă o perioadă lungă de timp, dar simptomele caracteristice bolii se reduceau numai când luam medicamentele, boala părând a fi nevindecabilă, fiind oarecum stăpânită cu medicamentație continuă. Această perspectivă nu are darul să liniştească pe cineva. Am studiat diferite regimuri de slăbire, am aplicat ce am considerat că este "echilibrat", dar rezultatele au fost slabe.

La sfârşitul anului 1983, ing. Valeriu Popa, prin simpla strângere de mână a diagnosticat că simptomele de cardiopatie se datoresc acidității crescute a sângelui, unei colite şi unei impurificări a limfei.

Am trecut mai întâi la tratamentul de purificare a limfei întrucât cu câteva luni înainte avusesem o limfogită până la limita septicemiei. În urma aplicării lui au dispărut complet simptomele care mă trimiseseră la cardiolog şi mă făcuseră ca timp de 4 ani să duc mâna spre inimă.

Încurajat de acest succes am hotărât să țin regimul încă şase săptămâni (după Valeriu Popa este nevoie de un timp mult mai lung), acesta avînd rolul să crească pH-ul sângelui (să-i reducă aciditatea) şi să calmeze colita.

Deşi consider că nu sunt vindecat complet de colită, senzațiile de disconfort s-au diminuai şi intensitatea lor a scăzut mult. În acelaşi timp am şi slăbit, ajungând în prezent la greutatea normală. Simptomele de cardiopatie nu au mai apărut, iar diagnosticul pus de acelaşi cardiolog în acest an este de inimă sănătoasă, confirmând părerea inginerului Popa.

În urma rezultatelor obținute, treptat, întreaga familie a început să aplice unele recomandări de nutriție făcute de dânsul cu diferite ocazii. Consider că acest mod de alimentare va fi de bun augur pentru mine şi familia mea.

Inginerul Valeriu Popa are calități aparte față de majoritatea oamenilor. Îmi este greu să definesc şi să separ simțurile suplimentare, cam tot aşa cum este dificil de a separa simțul tactil de simțul termic. Datorită acestor capacități şi punerii lor în valoare, Valenu Popa este un diagnostician excepțional. Ținându-mă de mână, mi-a prezentat afecțiunile pe care le-am suferit, inclusiv vârsta la care s-au manifestat, cât şi cele pe care le aveam în momentul respectiv.

Tensiunea arterială mi-a măsurat-o fără nici un aparat. Este capabil să spună multe lucruri despre un membru al familiei fără ca acesta să fie de față, atunci când te concentrezi asupra lui.

Am asistat de multe ori la verificările făcute de dl. Popa şi nu am văzut ca cineva să nu fie surprins de descoperirea unor adevăruri cunoscute numai de el şi poate de cei foarte apropiați. Mă voi limita la 4 exemple:

1) V.P.- La 18 şi 20 de ani ai făcut o boală de plămâni cu afectarea hilurilor.
M.C.- Nu-i adevărat, ați greşit.
V.P.- Mai gândiți-vă...
În continuare a prezentat alte modificări pe care interlocutorul le cunoştea. Apoi...
M.C.- Aşa-i, la 18 ani eram elev la liceu în ultima clasă şi am fost internat în spital cu afecțiune hilară bilaterală, iar la 20 de ani eram în anul II la facultate şi boala a recidivat.

2) V.P.- Al doilea copil născut a fost înfăşurat de două ori cu cordonul ombilical după gât.
S.C.- Aşa-i.
3) V.P.- Fierbeți mâncarea prea mult.

F.S.- Aşa este, fierb până se desface carnea de pe oase.
4) V.P.- La vârsta de 8 ani ați primit o lovitură puternică la cap de la un cal.
C.R.- La 8 ani am fost trântit de un cal şi am căzut în cap, fiind internat aproape două luni în spital.

În prezent nu există încă o explicație științifică a fenomenului prin care Valeriu Popa este capabil de a descifra informații despre unele modificări ale stării organismului uman ținând în mână doar fotografia unor bolnavi. Această demonstrație mi-a făcut-o dl. Popa în 1983, cu fotografia lui M.B., făcută cu 19 ani în urmă, pe care i-a adus-o soția pacientului. In seara următoare M.B. a recunoscut că ştie de afecțiunea descoperită prin fotografie, dar nu înțelege cum se poate aceasta întrucât la vârsta la care făcut poza nu avea această afecțiune.

Oare cine înțelege acum acest fenomen ?!

Sunt convins că pentru oricine, o discuție cu inginerul Valeriu Popa reprezintă o aventură ştiințifico-fantastică de care îşi va aminti toată viața.

Pentru a nu mai lungi prea mult scrisoarea, mă opresc aici cu exemplificarea posibilităților lui Valeriu Popa, nu înainte de a-mi exprima părerea că în viitorul apropiat ştiința va rezolva enigma simțurilor suplimentare ale lui Valeriu Popa şi poate va stabili că noi, oamenii, în afara existenței stabilite prin văz sau pipăit avem şi o existență încă necunoscută şi neexplorată în infinitul înconjurător, sub forma unuia sau mai multor suporturi de informație. Dacă în prezent ele se pot denumi prin termenul bioenergie, mâine ştiința le va studia şi le va defini mai complet.

Este regretabil că noi, românii, nu luptăm să avem în acest domeniu prioritate mondială, mai ales că îl avem pe Valeriu Popa..»

***

Într-una din seri ne aflam în sufragerie şi urmăream o emisiune la televizor. Aproape de ora 12 noaptea sună telefonul. Nenea Popa ridică şi la celălalt capăt al firului se aude o voce de bărbat care începe pe un ton ridicat să-l amenințe că are pistol şi vine să-l împuşte, că nevasta lui a avut cancer, a fost în tratament la dânsul

şi a murit. Că de ce nu i-a spus că are cancer metastazat ? După câteva clipe de şoc, nenea Popa îşi revine cât de cât şi cu răbdare, încearcă să-l liniştească pe individ, să-i explice că nu e vinovat el de moartea femeii, că doar ei au venit disperaţi să-i ceară ajutorul, iar dânsul i-a sfătuit acordându-le o autoşansă, atunci când medicii nu le mai dădea nici una. Totuşi, convorbirea s-a încheiat cu o atitudine ostilă din partea cetățeanului de la telefon, chiar dacă între timp se mai liniştise puțin. Imaginați-vă şi dvs., prin ce clipe ați trece într-o asemenea situație ? După ce închide telefonul, nenea Popa se aşează pe canapea, nu mai are cuvinte, se întinde, iar după câteva clipe mă roagă să-i fac un masaj la ceafă şi pe spate. Văzusem că era schimbat la față, dar în cameră era întuneric, doar lumina de la ecranul televizorului se răspândea în încăpere, iar trăsăturile chipului nu se distingeau prea clar. Am făcut masajul, am mai stat puțin de vorbă, după care m-am dus la culcare.

A doua zi l-am văzut căutând actele şi fişa completată de femeie şi membrii familiei. Era un caz ceva mai vechi şi numai "întâmplarea" făcuse ca, fără nici un motiv, acele acte să fie puse într-un loc separat şi nu împreună cu sacii de acte şi fişe care zăceau cine ştie pe unde. Când a dat de ele, abia atunci s-a mai liniştit. S-a adresat apoi unui şef de la poliție care a dovedit înțelegere, a cercetat cine era individul şi aflase că lucra în cadrul pazei aeroportului Otopeni. Cetățeanul a fost chemat la sediul poliției, i s-au pus actele în față împreună cu fişa semnată şi, confruntat cu aceste evidențe, individul şi-a cerut scuze, mai ales că i se adusese la cunoştință că, având în vedere probele aduse, poate fi dat în judecată pentru amenințarea cu moartea şi nu îi va fi bine. Astfel, până la urmă s-au liniştit lucrurile în această problemă. Abia mult mai târziu am aflat situația reală prin care trecuse nenea Popa, şi eu alături de dânsul, fără ca măcar să bănuiesc ceva. Discutând despre acest subiect cu un musafir, îl aud la un moment dat spunând: "În seara aceea am fost cu infarctul în buzunar. Dacă nu era copilul acesta cu mine să-mi facă masajul pe care i l-am spus, acum poate eram mort." La auzul acestor cuvinte am simțit că-mi îngheață inima în piept, realizând în acele clipe dramatismul situației prin care trecusem atunci, fără să ştiu. Căci nenea Popa ştie ce spune atunci când se adresează cuiva.

***

Aflându-se în parc, înconjurat de oameni, apare pe alee o femeie ce se îndrepta spre nenea Popa. Îi era rău. Abia se mai ținea pe picioare. Dânsul o observă, îi adresează câteva cuvinte, după care se uită puțin în jur şi, deodată se îndreaptă spre un copac anume. Îl încarcă cu energie după care îi spune femeii să se apropie de el Când ajunge la 2 - 3 metri de copac se opreşte brusc şi începe să tremure din lot corpul, de parcă ar fi fost electrocutată. După un timp se opreşte. Înainte era aproape moartă. Acum se înveselise şi arăta plină de viață.

Interesant era faptul că ceilalți din jur, dacă se apropiau de copac şi îl atingeau nu simțeau nimic. Un alt aspect surprinzător era şi faptul că, după mai multe zile, femeia, venind în parc şi apropiindu-se de pomul respectiv, resimțea aceeaşi încărcare energetică, deşi nenea Popa nu mai era prezent. Însă acest lucru nu a durat prea mult. Într-una din zile, venind din nou în parc, a descoperit cu tristețe că acel pom fusese tăiat de nişte "binevoitori", să-l facă lemn de foc.

***

Este după amiază. Pentru moment acasă este linişte. Dar nu pentru multă vreme. Cineva bate la uşă. Texi, conştincios, începe să latre. Este o familie venită din provincie însoțită şi de câțiva prieteni. Întrevederea durează câteva ore, oamenii, cu toții află lucruri noi şi uimitoare despre starea lor de sănătate, primesc şi sfaturi, ce trebuie să facă să-şi rezolve necazurile, cum ar putea să-şi organizeze viața de acum în colo astfel încât să îşi îngrijească sănătatea fizică şi mai ales psihică în aceste vremuri mai agitate. Spre seară, târziu, musafirii se ridică şi îşi iau la revedere, plecând mulțumiți, cu lucruri noi aflate despre ei şi felul cum să-şi orânduiască viața ca să aibă un trai echilibrat. La despărțire, soția rămâne să mai discute o problemă mai aparte.

Fusese măritată o dată, iar actuala căsătorie era o legătură deosebită, înțelegîndu-se foarte bine cu actualul soț. O problemă

exista totuşi. Cam de zece ani soțul nu mai putea să-şi îndeplinească în totalitate menirea de partener de viață, fapt care însă nu a deranjat-o prea mult pe soție. Relația lor era atât de intimă şi profundă încât reuşeau să treacă uşor peste acest inconvenient. Totuşi, după vreo zece ani de conviețuire în aceste condiții, dânsa începuse să aibă ceva probleme pe cale hormonală, o dereglare care începuse să-i afecteze sănătatea. Soțul, om de un caracter deosebit, nutrind sentimente de dragoste şi admirație pentru soție, se hotărăşte să discute cu ea şi, de comun acord decid că ea trebuie să rezolve într-un fel această problemă care începuse să-i afecteze sănătatea şi în acelaşi timp să îşi salveze şi căsnicia la care țineau amândoi atât de mult. Deci ea şi-a găsit un prieten, soțul fiind în cunoştință de cauză. Era într-adevăr o stare de compromis, dar soțul a reuşit în această situație să vadă în partenera de viață o soră şi să caute să o ajute.

Față de această stare de fapt este interesantă remarca lui nenea Popa: "Ai ajuns la dereglare hormonală nu din lipsa propriu-zisă a acestui act, ci datorită gândirii. Gândirea animalică a celor din anturajul în care trăiai ți-a influențat propria gândire şi ai gândit că ai nevoie de aşa ceva. Această gândire inoculată de anturaj tc-a îmbolnăvit. Căci altfel cum îți explici că atâtea milioane de femei de pe acest glob care şi-au dedicat viața activităților religioase şi nu mai au vreun act sexual, îşi desfăşoară o activitate normală, muncesc în cadrul mănăstirilor, a altor aşezăminte religioase sau de caritate, sunt sănătoase, zdravene, trăiesc şi mor fără să aibă probleme de genul celei despre care îmi vorbeşti dumneata."

În fine, cert era că în prezent, distinsa doamnă, un om cu bun simț, nu îşi mai găsea liniştea interioară, compromisul în care trăia îi chinuia inima, căci era o persoană corectă şi de bunS credință. Îl implora pe nenea Popa să-i spună ce să facă.

Dl. Popa, cu o voce blândă, dar fermă şi fără drept de tăgadă, îi răspunde: "Doamnă, eu nu mă ocup de asemenea probleme. În privința aceasta eu nu te pot ajuta. Pot însă să îți sugerez un sfat. Dar este problema matale şi tu eşti cea care trebuie să decizi ce să

faci. Singură ai intrat în horă, singură trebuie să te retragi, dar fii atentă!

Să te retragi fără să strici hora. Din mers, fără să stânjeneşti continuarea jocului de către cei rămaşi. Încet, faci un pas în spate, doi, trei, mai mergi puțin în pas cu hora, împreunezi, în spațiul gol ce a fost al tău până mai adineaori, mâinile celor rămaşi şi te retragi, discret."

***

AMERICA ŞI CANADA

În urma activităţii desfăşurate în America, de ajutorare a unor semeni aflaţi în suferinţă şi a rezultatelor obţinute de aceştia, revista Zum din New York îi solicită un interviu inginerului Popa, apărut pe data de 15 oct. 1993, sub titlul "Valeriu_Popa, un Edgar Cayce al românilor-". Iată câteva fragmente din el:

«...Zum - Cum faceţi că dvs., care sunteţi de profesie inginer şi nu medic, aţi ajuns la adevărate performanţe medicale?

V.P. - Eu am intrat în corpul uman ingínereşte, mergând de la ideea că efect fără cauză nu există. Ori, un bun cercetător, un bun analist tratează întotdeauna nu efectul, ci cauza. Plecând de la această premiză, am început să lucrez cu mine pentru că la vârsta de 20 de ani am fost bolnav de cancer pulmonar avansat. O altă premiză luată în consideraţie a fost aceea că Natura, aşa cum spunea Humboldt, are întotdeauna dreptate şi că cei care greşesc sunt oamenii. Ori de câte ori oamenii tulbură echilibrul natural, acest fapt atrage asupra lor consecinţe de la nefaste până la dezastruoase. De aceea, dintre cei care vin la mine, se autovindecă aceia care înţeleg că sunt bolnavi pentru că sunt vinovaţi, pentru că au tulburat echilibrul Naturii şi care, în consecinţă, se apucă să lucreze cu ei înşişi. De fapt eu nu tratez, ci numai constat, iniţiez şi îndrum. Obţine rezultate cel care ascultă şi respectă ce îşi spune prin mine.

Şi acum daţi-mi voie să dau câteva definiţii ale vieţii, sănătăţii, bolii şi morţii, aşa cum le înţeleg eu.

Viaţa este cea mai dură şcoală a acestei planete. Prin ea trec toate forţele emanate de la Natură, Divinitate. Diferenţa dintre şcoala primară, liceu, facultate, etc. şi şcoala vieţii constă în faptul că în cadrul primelor, examenele se mai pot lua încă prin milă, pile, forţă, bani, pe când la şcoala vieţii, numai prin suferinţă.

Sănătatea este cea mai perfectă meserie, deoarece corpul uman este cea mai perfectă maşină a acestei planete. Ori o maşină atât de completă şi complexă, cine o poate conduce altcineva decât un

meseriaş desăvârşit în domeniul sănătății pe cale naturală? De unde putem noi învăța această meserie? Singura sursă este Natura.

Boala este o manifestare determinată de dereglarea sub limita de toleranță a fizicului sau a psihicului.

Moartea este un efect al dezechilibrării peste limita de toleranță a organismului, dezechilibru pe care corpul uman nu-l mai poale suporta, având loc în consecință disocierea celor două componente ale sale, fizicul şi psihicul, cel din urmă plecând în alte dimensiuni, în alte sfere de existență. Cum fiecare dintre noi este muritor, ar fi bine să înțelegem cu toții ce este moartea, cum are loc acest proces fiziologic şi ce se întâmplă în conştiința omului după aceea. Astfel, pentru că omul are frică numai de ce nu cunoaşte, nimănui nu i-ar mai fi teamă de moarte.

Zum - Domnule Popa, ce puteți să ne spuneți despre cauza bolilor?

V.P. - Cauzele principale care duc la îmbolnăviri sunt în număr de 9. Încercând să le combat eu mă ocup de destresare, deparazitare, dedrogare (alcool, tutun), dezintoxicare, detoxifiere, imaginație, voință, somn, respirație şi mişcare.

Zum - Şi astfel îi vindecați pe bolnavi?

V.P. - Nu, eu nu vindec, vindecarea o face doar Divinitatea; eu doar îl învăț pe bolnav ce să facă şi dacă el vrea să se vindece, se autovindecă urmând sfaturile mele.

Zum - Spuneți-ne cum constatați, cum ştiți că omul pe care îl cercetați este bolnav sau are o afecțiune în anume loc? Am asistat cu uimire la câteva demonstrații în cursul cărora ați descris perfect afecțiunile celor examinați şi bolile de care aceştia au suferit în trecut, ca să nu mai vorbim de cei cărora sub ochii noştri le-ați pus diagnosticul, observâdu-le fotografia sau doar vorbind la telefon cu ei. Cum reuşiți toate acestea?

V.P. - Atunci când am un contact direct cu bolnavul, îmi plimb mâna peste corpul lui, bioenergia mea furnizându-mi toate datele de care am nevoie: care este organul afectat, cât de veche este afecțiunea şi cât de gravă, ce trebuie făcut, etc. Pur şi simplu ştiu. Toate acestea îmi vin în minte în mod automat.

Zum - ...Şi reuşiți să vindecați orice fel de bolnav, pe absolut oricine?

V.P. - Vedeți, trebuie să înțelegem că există două categorii de bolnavi: cei care vin în această viață "autoprogramați", destinați a se îmbolnăvi şi cei care nu se nasc cu "autoprogramare", aşa numiții "autoaccidentați".

Zum - Cum adică "autoprogramați"?

V.P.- Boala este o încălcare a legilor Naturii, în termeni religioşi este un păcat; în cazul "autoprogramaților" ea reflectă întotdeauna un păcat săvârşit de om cândva, într-una din viețile precedente. Trebuie să înțelegem că nimic din ceea ce omul gândeşte, simte, grăieşte şi făptuieşte nu se pierde, ci rămâne înscris în Memoria Universală.

Zum - Deci, acesta ar fi destinul lui?

V.P. - Exact, infirmitățile sau punctele cu rezistență scăzută din organism, sistemele sau organele care vor ceda primele la boală, pe care un individ le are de la naştere, sunt astfel programate ca o consecință a acțiunilor omului respectiv din încarnările anterioare. În acest caz soluțiile mele sunt limitate. Cei care au o încărcătură destinatală (karmică) negativă mare din viețile precedente, nu pot fi ajutați nici de mine, nici de alți vindecători, nici măcar de Divinitate, pentru că Dumnezeu nu intervine în legea karmei, care este legea echilibrului, legea armoniei Universale. Ceea ce ai făcut, aceea vei suferi.

Numai în cazuri foarte speciale, prin rugămintea intermediarilor dintre oameni şi Divinitate sau dacă individul respectiv arc o

misiune specială în viaţa actuală şi este în locul şi timpul în care trăieşte, Divinitatea mai intervine, prelungind viaţa omului, sau scutindu-l de suferinţele pe care el însuşi şi le-a programat, cândva în trecut.

Bolnavii din a doua categorie, cei "autoaccidentaţi" , ajung la starea de boală datorită nerespectării unor reguli de viaţă, fie din necunoaştere, fie din neglijenţă.

Zum - Vă referiţi la cei care nu vin cu încărcătură karmică negativă din vieţile precedente, însă şi-o construiesc pe parcursul acestei vieţi.

V.P. - Exact. Pe aceştia îi pot ajuta fără probleme, chiar dacă se află în prăpastie. Constat despre ce este vorba, le spun ce să facă şi dacă urmează ceea ce le spun, aceştia ies din prăpastie. De exemplu, o fetiţă de 17 ani, bolnavă de leucemie şi condamnată la moarte, respectând tratamentul dat de mine, trăieşte la ora actuală, perfect sănătoasă, având şi copil.

Zum - Ce fel de bolnavi aţi ajutat, de ce fel de boli s-au autovindecat până acum ?

V.P. - Cancere: uterin, ovarian, mamar, de colon, de plămâni, tumoră cerebrală, leucemie, psoriazis, scleroză în plăci, diabet, ciroză. Mai recent, am în tratament şi copii bolnavi de SIDA, care până în prezent au scăpat din prăpastia morţii.

Zum - Bine, daţi-ne un singur exemplu ca să putem înţelege câte ceva din aceste miracole. Cum vindecaţi de pildă pe cineva care are cancer ?

V.P. - Simplu, prin dezintoxicare. Eu nu cunosc decât o singură boală, sânge alterat, sau mai pe româneşte sânge stricat gradul I, II, III, IV. Practic eu îl învăţ pe indivd să-şi purifice sângele.

Zum - Cât costă la dvs. o " vindecare", care sunt condiţiile de plată în care lucraţi cu un bolnav ?

V.P. - Pentru mine, nu primesc nici un ban. Nici în trecut, nici în prezent şi nici în viitor nu am acceptat şi nu voi accepta niciodată o recompensă materială pentru binele pe care îl fac semenilor. Omul pleacă din viață cu două lucruri: cunoştințele pe care a fost capabil să le acumuleze şi faptele iubire. În schimb, dacă cel pe care îl ajut are posibilitatea şi doreşte să ofere bani, îi cer acestuia să doneze o sumă oarecare bisericilor, orfelinatelor, celor sărmani şi necăjiți.

Zum - Vă rugăm spuneți-ne, cam ce am putea face ca să evităm boala ? Ce sfaturi ne dați ?

V.P. - În primul rând unele alimentare. Indiferent ce mâncați, încercați ca 80-90 % din dieta dvs. să fie constituită din fructe, salate şi legume crude. În 1948 am citit că "poporul american este subalimentat" şi am rămas surprins de această afirmație. Atunci n-am înțeles, însă cred că înțeleg acum. Stilul de viață din America îți lasă foarte puțin timp în care să te ocupi de mese. Oamenii nu au timp să-şi pregătească mâncarea şi de obicei servesc feluri gata preparate, care sunt 99% "moarte". Orice mâncare pregătită este din punctul meu de vedere, moartă. Dacă spre exemplu, vă pregătiți o supă sau o ciorbă, din cei doi morcovi pe care obişnuiți să-i puneți, unul fierbeți-l, însă pe celălalt adăugați-l crud. Evitați pe cât puteți carnea prăjită pe grătar. Un_studiu al japonezilor a indicat că o friptură la grătar echivalează cu fumatul a 80 de țigări, gudroanele depuse pe carne în timpul preparării sunt cancerigene. De asemenea, dacă puteți, consumați zilnic câte 2 linguri de tărâțe de grâu pentru a evita constipația. Orice aliment ingerat şi care stă mai mult de_72 de ore în organism devine otravă curată. Țineți minte, toți cei care sunteți constipați şi vă tratați această boală cu medicamente, vă distrugeți viața. Toți cei care suferiți de constipație, consumați alimente bogate în fibre, pentru a stimula peristaltismul intestinului gros. Cuplurilor care se pregătesc să aducă pe lume un copil, atât femeia cât şi bărbatul, încercați să scăpați de constipație înainte de a concepe copilul, deoarece toxinele care sunt reținute în sânge, mai ales în sângele mamei, vor afecta sănătatea copilului.

Pentru mame: dacă aveți posibilitatea să alăptați, făceți-o, şi încă cât mai mult timp posibil, până când copilul împlineşte vârsta de 8-9 luni. O altă problemă referitoare la copii dvs: supravegheați sănătatea copiilor în privința paraziților, aveți grijă să nu aibă viermi intestinali. Atât preventiv cât şi pentru tratament, dați copiilor dvs. să consume semințe de dovleac, 30-50, sau 10 pentru copiii mici şi ceai de cimbrişor.

Am mai observat că în America este foarte răspândit la femei cancerul uterin, iar la bărbați cancerul de stomac şi al colonului descendent datorită hemoroizilor. Cauzele principale ale celui din urmă sunt: statul pe scaun un timp prea îndelungat, mersul în maşină, lipsa de mişcare. Astfel, pentru prevenirea acestor maladii încercați să faceți mişcare în fiecare zi, gimnastică sau să alergați. Pentru profilaxia oricărei boli vă recomand să încercați să dormiți fără să vă induceți somnul cu medicamente. Sănătos este somnul natural, căci în timpul acestuia noi ne încărcăm energetic, ca un acumulator care s-a descărcat în timpul zilei. De asemeni, orientați în aşa fel patul încât să dormiți cu capul spre Nord. Evitați stresul şi emoțiile negative puternice, sentimentele negative, cel de ură, răutate, invidie, de inferioritate, cel de frustrare, frică, toate acestea degajă energie negativă care se va răsfrânge apoi asupra sănătății dvs.

Şi acum, în încheiere doresc să vă mai spun un singur lucru: dragi români, oricât de departe v-ați afla de locul în care v-ați născut, oricât de înstrăinați v-ați simți, nu vă criticați țara, nu vă criticați neamul. Dacă vreți, criticați oamenii politici care sunt trecători, însă nu țara şi poporul, români ca şi voi. Să ştiți că un om bolnav poate fi ajutat cel mai bine să se vindece în locul în care s-a născut, paternul lui bioenergetic funcționează cel mai bine în acest loc. »

Aceste fraze rostite de nenea Popa în America, în octombrie 1993, îmi aduc aminte de alte cuvinte ale lui, rostite într-o împrejurare despre care nu îşi imaginase vreodată că ar fi posibilă.

Era pe vremea problemei cu "transcedentalii". Dimineața, nenea Popa ajunge la serviciu şi nu după mult timp vine la el un coleg şi

îl anunță că este aşteptat în sala de şedințe. Ajuns acolo fără să ştie despre ce este vorba, intră şi vede sala plină de şefi, colegi, unii de pe la guvern, serioşi, gravi, cu o purtare cam ciudată.

Şedința începe şi, dintr-o dată, simte că parcă cerul cade pe el. Îi aude pe şefii, colegii care până ieri îi fuseseră prieteni (pe unii dintre ei îi ajutase când au avut probleme mai dificile cu sănătatea, ei sau membrii ai familiei lor) că încep să îl acuze, să îi aducă tot felul de învinuiri de neimaginat, îl fac trădător de neam, fascist şi câte şi mai câte. Rămas fără glas, singur între ei, abia mai poate bâigui; "Cine, eu?" Şi întrebarea i se repeta mecanic, aproape obsedant, în minte. Aşa ceva era imposibil. Şi totuşi era adevărat. Toți cei din sală se adunaseră acolo cu un singur scop, să-l facă vinovat de nişte monstruozități incredibile. Înlemnise. Nu mai putea face nici un gest, nu mai putea scoate nici un cuvânt. Prin ceață îi vedea pe cei din sală , de auzit parcă nici nu-i mai auzea. După un timp, aude ca prin vis că i se dă cuvântul. Formal, desigur, căci era condamnat încă dinainte să fi intrat în sală. Cu greu se ridică, vocea îi tremura, avea un nod în gât de care nu era chip să scape, abia îşi stăpânea lacrimile ce-i umpluseră ochii. Cu o voce ce parcă nu era a lui a reuşit să spună atât: "Mă fac vinovat cu toată ființa mea că am vrut să cunosc nişte fenomene ale ştiinței de mâine de la unii pretinşi oameni, dacă este aşa. Mâine, când aceste fenomene vor fi demonstrate ştiințific vă va fi ruşine pentru ceea ce faceți astăzi cu mine, iar eu vă voi dovedi că sunt un român cinstit şi drept, mai mult decât mulți dintre voi, cei care azi mă judecați". Apoi şi-a făcut cruce şi a zis, mai încet, ca pentru sine:" Doamne, iartă-i că nu ştiu ce fac." În continuare, cei din sală şi-au jucat până la capăt rolurile ingrate, comunicându-i, printre alte măsuri luate împotriva lui şi faptul că a fost destituit din funcția deținută până atunci, fiind şi dat afară din serviciu (până mai cu o zi înainte fusese un om respectat, integru, apreciat pentru munca sa şi atitudinea corectă, principială, față de colegi, şefi, personalul instituției).

Şedința s-a încheiat. S-a ridicat şi a mers încet către uşa de ieşire. Afară, pe culoar, paşii îl duceau parcă singuri. încotro ?...

Anii au trecut... Câți dintre cei aflați atunci în sală au făcut până în prezent să se vorbească despre ei prin faptele lor bune? Câți au dovedit prin faptele lor bune recunoscute de semeni, din țară şi străinătate, că sunt buni români ?

Dar nenea Popa ? În prezent este cunoscut aproape în toată țara prin faptele lui de ajutorare a celor aflați în necaz. Dovada? Sutele de scrisori de mulțumire, altele care cer cu disperare ajutor, zecile de oameni care vin zilnic la uşa dânsului cerându-i sfatul şi sprijinul, zecile de copii, tineri şi bătrâni strânşi în jurul lui când iese în parc, ascultându-l cu nesaț când le vorbeşte, sălile de conferință pline când ține vreo prelegere, telefonul care sună zi şi noapte, cei care îl caută din America, Canada, Anglia, Germania, Italia, Grecia..., articolele din publicațiile din țară şi străinătate, cartea scrisă de doctorul Octavian Popescu despre faptele sale bune. Dovada?... Însuşi nenea Popa, care mai este încă printre noi.

În fața acestei copleşitoare realități, murmur în gând: "Doamne, ajută-i pe aceşti bieți neştiutori să-şi recunoască greşeala şi să-şi găsească pacea sufletului, căci nenea Popa i-a iertat de mult." De când?... Chiar de la început.

În seara zilei în care i se comunicase că a fost dat afară din serviciu şi încă altele, ajunge într-un târziu acasă. Se dezbracă încet în hol şi, cu paşii grei, înceți, aproape târşâiți, ajunge în dormitor. Aici îngenunchează la icoană şi începe să se roage plângând şi murmurând : "Doamne, iartă-i că nu ştiu ce fac!"

Încercând să ținem pasul cu nenea Popa, ajungem în Canada. Aici, lumea ştia deja că e sosit pe meleagurile lor. Îl caută, îl solicită să-i ajute, îi cer sfaturi, îl asaltează cu întrebări, şi aşa trec zilele pe nesimțite. Reuşeşte să discute cu el şi un ziarist de la revista Luceafărul românesc din Montreal şi în nr. 45 din septembrie 1994, găsesc un articol intitulat "Valeriu Popa - omul axiomă" .

Citindu-l, descopăr câteva referiri despre cazul unui copil, Alexandru, ajutat de dânsul şi mi-aduc aminte de povestea lui.

Alexandru a visat şi a spus părinților lui că în parcul 23 August este un nenea Omu cu un cățel negru, care o să îl facă bine.

A fost adus în brațe (nu se putea ține pe picioare) la dl. Popa, pe când avea 9 ani şi tumoare cerebrală. După consultație şi stabilirea diagnosticului, în timp ce domnul inginer prescria părinților tratamentul, băiețelul, aşezat pe o bancă, a murit. Mama i-a aprins lumânarea.

V.P. ne relatează: "Am mers la el. Era în moarte clinică, jumătate ieşit din corp. Prin pase energetice l-am readus la viață. Am mai văzut 3-4 copii, după care a trebuit să mă odihnesc. Cedasem o cantitate foarte mare de energie şi nu mă simțeam prea bine. Când mi-am revenit am văzut un copil voios, normal, care alerga şi se juca cu cățeluşul meu. A mers pe picioarele lui, trăgându-i cu forță pe părinți, până la ieşirea din parc, unde a trebuit luat din nou în brațe."

Când s-au urcat în autobuz, a început să miroasă atât de tare încât nici cei din jur nu mai puteau suporta. Ajunşi acasă, mama 1-a dezbrăcat, crezând că a făcut pe el, dar a constatat că era doar mirosul transpirației. Hainele au trebuit aruncate pe balcon, iar lenjeria de corp pusă la fiert în cazan. La un moment dat, în timpul fiertului, spuma de la suprafață s-a revărsat peste gura cazanului şi a curs pe aragaz, atacând smalțul şi topind butonii aragazului.

A doua zi a trebuit tuns pentru aplicațiile de cataplasme cu foi de varză pe zona bolnavă, dar frizerița s-a temut: pe ceafă avea o tumoare ca o jumătate de măr înroşit.

V.P: "A venit din nou în parc şi, sub ochii lumii, am redus tumoarea la jumătate. Apoi copilul s-a ridicat şi a început să se joace. Dar, din nou, la ieşirea din parc a trebuit luat în brațe. A venit foarte mult timp. Îl încărcam zilnic. Deoarece i-am transmis o cantitate foarte mare de energie din mine, între noi s-a stabilit o legătură.

Sunt ani de atunci, dar dacă îl întrebi şi astăzi, Alexandru ştie în fiecare moment ce fac eu. De exemplu, le spune oamenilor dacă mai vin sau nu în parc, de ce nu vin, cu cine mă întâlnesc. Pentru el, eu sunt Nenea Omu."

În articol se vorbeşte în continuare despre uimitoarele manifestări la care sunt martori numeroşi oameni veniți să îl vadă, despre cum pune diagnostic pe fotografii, la telefon, chiar şi postum.

Vine la dl. Popa fostul campion la box, S.F. şi îi arată o poză:

- Ce-mi spuneți despre fratele meu mai mic ?
- Minți, (erau mai intimi) nu e fratele tău. Ba... săracul, e mort de trei zile, s-a înecat şi nu l-ați mai găsit. Era adevărat.

Reporterul, fiind martor la aceste uimitoare performanțe, îndrăzneşte să îl supună şi el la un test pe "olteanul diagnostician" .

- Spuneți-mi, Nenea Omule despre bătrâna mea mamă.
- Dă-mi mâna, i-a zis. Mama Floarea, cum o divinizezi, a dus două ictere pe picioare. Pentru cei 83 de ani ai săi o duce foarte bine. Dar... e în cer.
- Aşa este, îi răspunde tulburat ziaristul.

Discutând despre numeroasele afecțiuni şi suferințe ale oamenilor, V.P. susține că orice boală sau moarte prematură, înainte de 111 ani, constituie accidente datorate infracțiunii de nerespectare a regulilor naturale ale vieții, deci boala putând fi prevenită şi remediată. Şi tot după diagnosticianul în cauză, principalii factori incriminați în producerea bolilor sunt: stresul peste limita de toleranță, respirația incorectă şi în mediu viciat, nutriția nerațională, mesele la ore neregulate, digestia incorectă, consumul de grăsimi animale, afumături, băuturi alcoolice distilate, cafea, dulciuri, pâine albă, orice proteine în exces, fumatul, oboseala cronică, excesul sexual, nerecuperarea prin odihnă, sedentarismul, dantura incompletă sau deteriorată, neeliminarea reziduurilor şi toxinelor din corp la timp, constipația cronică, lipsa de curățenie corporală, angajarea în munci neadecvate, munca şi conviețuirea cu

persoane care nu te şi nu le agreezi, automedicamentația fără prescrieri, etc.

Ziaristul ne informează că la Montreal, românii şi autohtonii care îl vizitaseră deja pe nenea Popa până la data scrierii articolului depăşiseră numărul de 3000 de vizitatori. Tot din paginile revistei mai aflăm că la Bucureşti, în cadrul Universității Ecologice condusă de prof. univ. dr. Dolphi Drimmer, acesta a înființat, la inițiativa d-lui Popa, Facultatea de Ştiințe Cognitive şi Parapsihologic, unde şi dl. Popa activează ca profesor. După revenirea în țară, pentru această facultate, dl. Popa a donat cărți aduse din America şi Canada, valorând peste 11000 $. Pe lângă acestea, în expunerile de la conferințe sunt prezentate casete video , audio, cu vindecări (unele cazuri prezentate în carte există şi ele pe casete video), cu manifestări aşa-zise paranormale adunate din întrega lume, studiate şi evidențiate în mod ştiințific, sunt prezentate diferite ipoteze care încearcă să explice aceste fenomene, care nu mai sunt contestate, dar nu sunt înțelese încă. Se expun şi studii ştiințifice înregistrate pe casete video despre diferite terapii naturiste practicate în lume, despre viața animalelor, plantelor, insectelor, ipoteze despre originea omului, evoluție, etc.

În timpul cât a stat în Los Angeles, dl. Popa 1-a întâlnit şi pe Aristide Buhoiu şi în urma discuțiilor avute cu dânsul, acesta publică un articol în revista Universul, al cărei director este. Titlul articolului, "Inginerul Valeriu Popa e tot mai convins - ROMÂNIA POATE DEVENI ȚARA MIRACOLELOR..."

Legat de acest subiect dânsul observă: "În ultimii doi ani se petrec tot mai multe fenomene inexplicabile în România, de natură paranormală. În acelaşi timp apar declarații ale unor persoane din alte țări, cum e cazul unei bătrâne din tribul Ba Ndibu din Zair, care afirmă că România este un pământ ales de Dumnezeu pentru minuni ce nu vor întârzia să apară.

La această afirmație Valeriu Popa adaugă o serie de exemple despre oameni maturi, adolescenți, copii, care apar cu maifestări ce deocamdată ştiința nu le poate explica, dar a căror realitate este

evidentă prin repetabilitatea lor; prin bioenergia ce iradiază prin mâinile lor, aceştia pot ridica diferite obiecte, inclusiv sticle, obiecte din plastic, cărți etc, pot vedea afecțiuni ale organelor interne, pot vindeca prin atingerea cu mâna a zonei bolnave, ş.a.m.d. O astfel de tânără, cu reale perspective este şi Lavinia Tatomir, din Craiova.

"Se pare că deasupra României există de câțiva ani un tunel de energie care în prezent pluteşte deasupra munților Carpați, influențează şi dă României valori imense pe cale parapsihologică. De aceea, pregătiți-vă şi pentru a doua parte a corpului uman. Lăsați partea fizică, că nu plecați din această lume decât cu două mari acu mulări: cunoştințele ştiințifice din toate domeniile şi faptele de iubire."

Într-una din conversațiile cu ziariştii americani, întrebat la un moment dat dacă, pe lângă capacitatea extraordinară de a punt diagnostice exacte după fotografie, prin telefon etc, a mai obținut şi alte performanțe în lucrul cu propriul corp, Valeriu Popa răspunde: "Da, am reuşit, şi încă cu mult timp în urmă. În tinerețe am fost supus unei operații de apendicită fără anestezie, deasemeni suport extracții sau lucrări dentare fără administrarea în prealabil a vreunui anestezic, am făcut cure de dezintoxicare de 10 zile fără apă şi mâncare şi 52 de zile fără mâncare, consumând doar apă distilată, merg iarna la țară, în picioarele goale pe zăpadă, iar de curând, am vizitat în Pensylvania un centru unde cei care doresc se pot înscrie pentru a învăța să meargă desculți pe cărbuni aprinşi. Eu am reuşit să merg pe cărbuni aprinşi pe o distanță de 10 metri, fără să sufăr nici un fel de arsură la picioare.

Tot de tânăr am avut în mine dorința să-i cunosc pe aşa numiții "vraci" din Africa, lucru care a fost posibil când am fost trimis pe linie de serviciu într-o delegație în Congo Brazaville. Când am ajuns acolo m-am interesat de existența unui astfel de vraci şi am şi aflat unul, bineînțeles. Am încercat să pătrund la el, lucru realizat cu foarte mare dificultate căci vraciul nu primea străini. Odată pătruns, se pare că i-am câştigat încrederea căci i-am definit pe loc 5 afecțiuni de care el însuşi suferea.

Din cele 5 vraciul a recunoscut 4 şi astfel pot spune că ne-am "împrietenit". După aceea am asistat la rezolvarea unui caz. A fost adus pe targă un băştinaş care se afla într-o stare gravă, cu temperatură de 40° C. Vraciul m-a întrebat ce are bolnavul, iar eu i-am spus că respectivul suferă de o intoxicație alimentară provocată de consumul de peşte afumat. Întrebați dacă este adevărat că omul a mâncat peşte afumat, cei care îl transportaseră cu targa au confirmat. Apoi, vraciul a început el însuşi operațiunea de "vindecare". În primul rând, acesta i-a administrat bolnavului un ceai, o infuzie din diferite plante, după care a început să-l maseze pe abdomen. După ce a terminat masajul abdomenului, vraciul 1-a apucat pe om de picioare şi 1-a învârtit până când omul a început să verse. Apoi, i-a administrat acestuia alt ceai, 1-a masat pe abdomen şi în sfârşit, omul a fost în stare să se ridice în picioare. Odată aflat în picioare, vraciul a luat o frunză cu țepi ascuțiți, cum ar fi limba soacrei de la noi, şi i-a trecut-o pe la subraț de câteva ori până când omul a început să sângereze. La început sângele era închis la culoare, apoi a început să se deschidă. Cînd acesta a ajuns aproape de culoarea limfei, vraciul a luat o altă frunză, a jupuit-o de pieliță şi i-a aplicat-o bolnavului pe rănile de la subraț. Toată operațiunea a durat două ore, două ore şi jumătate, iar finalul a fost surprinzător. Omul care fusese adus pe targă, cu temperatură de 40° C, s-a sculat sănătos tun, fără febră şi în sunetul tobelor şi al tam-tam-ului, a început să danseze.

Acum, o altă călătorie în altă parte a globului, în India şi Bangladesh, unde deasemeni am avut ocazia să văd nişte lucruri foarte interesante. În Bangladesh, lângă Dacca, se afla tot un astfel de vraci care vindeca cu ajutorul şerpilor şi al scorpionilor. Iată cum decurgea această formă ciudată de tratament. Vraciul avea o cuşcă mare în care se aflau închise cobre şi tot felul de şerpi, precum şi scorpioni. Când i se aducea un bolnav, vraciul punea limba pe pielea acestuia pentru a înregistra în acest mod pH-ul pielii (gradul de alcalinilate sau aciditate). Apoi prindea o cobră sau un alt şarpe din cuşcă pe care îl lăsa să muşte dintr-o frunză de betel, veninul lui lăsând o aureolă pe suprafața acesteia. Astfel, după felul aureolei, vraciul îşi dădea seama dacă pH-ul veninului

şarpelui respectiv este capabil să contracareze pH-ul bolnavului pe care el îl testa cu limba.

Trebuie să ştiţi că veninul de şarpe este în general foarte alcalin, mergând uneori până la pH. 14 şi, legat de acest lucru, dacă cineva este muşcat de un şarpe, un antidot puternic este sucul de lămâie; victimei respective este bine să i se taie imediat rana de jur împrejur şi să se aplice pe aceasta suc de lămâie.

Ştiu că toate aceste povestiri sună bizar, însă sunt reale; eu personal am asistat la două astfel de tratamente administrate de vraciul din Bangladesh. În ambele cazuri, bolnavi cu temperatură foarte mare generată de infecţii puternice, au fost aduşi şi întinşi pe o rogojină, testaţi cu limba de către vraci, apoi muşcaţi de şerpii aleşi de acesta, undeva pe braţ, deasupra cotului. Din fericire, amândouă cazurile s-au terminat cu bine, respectiv, după o oră, o oră şi jumătate, foştii bolnavi s-au sculat aproape fără febră şi capabili să meargă singuri. Spun din fericire pentru că tratamentele vraciului erau radicale, "ori-ori" ; deci bolnavul ori se vindeca, ori murea pe loc în urma muşcăturii şarpelui. Am urmărit pe unul din bolnavi şi am observat că după două săptămâni acesta era complet restabilit."

NOI

Este iarnă. O zi a lui decembrie 1995. Dimineața, după ce m-am trezit, iau treningul pe mine şi ies să alerg. Afară e zăpadă şi ninge liniştit, parcă vrea să se oprească. Fulgii scânteiază în căderea lor molcomă, când trec pe lângă luminile încă aprinse. Imaginea îți dă impresia că face parte dintr-un basm. îmi aduce aminte de copilărie, când trăiam fără nici o grijă. După ce îmi termin setul de exerciții, o iau spre casă în alergare uşoară.

Pe drum mă întâlnesc cu un prieten din copilărie, Ailoaie Octavian, acum inginer de calculatoare la Institutul de Medicină Sportivă. Ne salutăm şi, din vorbă în vorbă ajung să îi povestesc de intenția mea de a un post de 40 de zile, în colaborare cu un grup de medici care să observe şi să analizeze reacțiile şi evoluția organismului în această perioadă şi în timpul revenirii la alimentație, încă 20 de zile. Ideea i s-a părut interesantă şi mi-a promis că o să discute la institut cu şefa laboratorului de cercetare, dr. Rosseti Ana, dacă există o posibilitate de colaborare pe această temă.

După 2-3 zile, Octavian mă anunță că a obținut acordul colectivului de cercetători de la institut, dar propunerea mea trebuie mai întâi adusă la cunoştința d-lui director, prof. dr. Ioan Drăgan şi, dacă îşi dă consimțământul, putem apoi întocmi protocolul după care se va desfăşura experimentul.

Luni dimineața mă prezint la dl. director şi îi prezint, în câteva minute, propunerea mea şi scopul urmărit. Dânsul se arată deschis şi interesat într-o colaborare ştiințifică pe o asemenea temă, dar îşi păstrează o rezervă de scepticism, sfătuindu-mă ca totuşi să nu exagerez şi că ar fi mai prudent să mă opresc pe la 20-25 de zile. Eu rămân însă hotărât în decizia luată şi stabilim începerea experimentului pentru data de 11 ianuarie 1996.

Condițiile de lucru au fost stabilite în contractul de colaborare şi față de acestea am adus unele modificări, în sensul că din a 28-a zi şi până la sfârşitul postului, la apa distilată am adăugat zilnic o cană de suc de de legume şi fructe şi o cană de zer de lapte crud (de

preferință de capră roşie), în care am lăsat la macerat coajă de ou roşu de găină de la țară, îndulcit cu puțină miere.

Pe durata experimentului am venit periodic la institut, unde circa 30-40 de cadre medicale din 9 cabinete de specialități diferite, m-au supus la analize şi teste specifice domeniului lor de cercetare. La fiecare termen mi se făceau, în medie, între 120-150 de măsurători, analize şi teste.

În primele 21 de zile am mers la serviciu, iar în perioada următoare am luat concediu de odihnă. Pe toată durata experimentului am făcut zilnic plimbări de 4-8 km., indiferent de vremea de afară, cu excepția zilelor 24-26, când mi-a fost rău şi nu prea am putut să mă ridic din pat.

Colaborarea cu personalul medical a fost bună, unii arătându-se în mod real interesați de evoluția experimentului, alții fiind însă mai sceptici şi fără să ia prea în serios ceea ce făceam. Citind concluziile finale, care de altfel sunt riguroase din punct de vedere ştiințific, în afara unor mici neconcordanțe privind modalitatea de revenire la o alimentație normală, bazată în principal pe crudități, am fost surprins să constat că în privința stărilor psihic-afective, multe din concluziile medicilor de specialitate reflectau într-o măsură foarte săracă şi incompletă trăirile mele. Este însă adevărat că în toată această perioadă am fost concentrat foarte mult pe interiorul meu, neținând prea mult cont de felul cum sunt văzut din afară şi fără să caut schimbarea părerilor celor din jur față de mine astfel încât să corespundă într-o măsură mai mare cu realitatea stărilor mele, gândurilor şi trăirilor pe care le aveam.

În urma acestei cure de dezintoxicare am ajuns la o cunoaştere de sine mai bună, am aflat noi lucruri despre mine, experiențele trăite mi-au oferit certitudini care până atunci erau pentru mine doar ipoteze aflate din cărți sau auzite de la alții, noi întrebări şi teme de reflecție mă preocupă.

Din întâmplările trăite pe durata celor 60 de zile ale experimentului, doresc să vă împărtăşesc două dintre ele, pe care le

consider mai importante pentru cititor deoarece sunt confirmate de martori oculari, excluzînd astfel subiectivitatea mea.

Postul a început bine şi a decurs normal, fără probleme deosebite până în a 24-a zi. Atunci, în timpul zilei mi-a fost cam rău, au început să apară dureri de cap şi stări de vomă. Spre seară s-au accentuat şi au durat aproape toată noaptea. Eram hotărât să am răbdare, aşteptând diminuarea treptată a durerilor. Totuşi, noaptea stările de rău au persistat şi nu am reuşit să dorm. Mă simțeam tot mai sleit de puteri. Dimineața, cam pe la ora 4, am "murit". Am ieşit din corp şi durerile au dispărut. După vreo oră m-am reîntors, dar nu ştiam cum să intru din nou în corpul meu fizic. Zăcea acolo în pat, nemişcat şi nu ştiam ce să fac. Atunci, aşa cum mă aflam în corpul energetic, m-am dus la uşă la dormitorul lui nenea Popa, am reuşit să bat şi am intrat. I-am spus că nu ştiu cum să intru în corpul fizic şi dânsul m-a ajutat.

Când mi-am simțit corpul fizic, era greu ca un bolovan. Nu puteam mişca nimic. Încet, am reuşit să întredeschid puțin ochii, să mişc puțin degetele de la mâini, de la picioare, apoi am adormit uşor, pe nesimțite, un somn profund şi odihnitor. Când m-am trezit, eram mult mai bine. Această întâmplare mi-a relatat-o întocmai şi nenea Popa, câteva zile mai tîrziu, fără ca eu să-i fi spus ceva despre ea.

Pe la sfârşitul postului, în ziua a 40-a, când am început să introduc în alimentație şi zeama de orez, am plecat cam pe la prânz după apă distilată, căci era pe sfârşite. Acolo m-am întâlnit cu Gelu şi cu o doamnă care veniseră tot pentru apă distilată. După ce am stat de vorbă câteva minute, doamna a plecat acasă, iar Gelu m-a condus până la stația de maşină, ajutându-mă să car cei 24 de litri de apă pe care îi cumpărasem. Pe drum mi-a povestit ce i s-a întâmplat cu vreo 2-3 zile în urmă. în jurul prânzului, se afla împreună cu soția sa în bucătăria apartamentului unde locuiesc, pregătind nişte legume pentru masă. Şedeau amândoi pe câte un scaun, iar Gelu curăța nişte ceapă. La un moment dat simte că cineva priveşte din pragul uşii de la bucătărie. Instinctiv ridică ochii şi se uită într-acolo. Rămâne cu ochii ațintiți spre holul din apartament. Acolo eram eu, materializat de la nivelul capului până la brâu, privindu-l

insistent. Ochii ni s-au întâlnit, ne-am uitat unul la altul, iar după o vreme am dispărut. El a rămas în continuare cu privirea ațintită în gol. După un timp, soția, observân-du-i atitudinea ciudată, îl întrebă ce s-a întâmplat. Gelu i-a răspuns: "A fost Ovidiu aici, a stat puțin, ne-a privit şi apoi a plecat." Fiind obişnuită cu relatări neobişnuite din partea lui, soția a luat ca atare răspunsul primit, după care şi-au văzut mai departe de treabă.

Ar mai fi multe de povestit, dar aceste trăiri sunt în mare parte noi şi pentru mine, de aceea am nevoie de timp să le înțeleg mai bine, să mi le pot explica mai amănunțit, să le repet şi poate atunci voi mai vorbi despre ele. Oricum, cei care doriți să faceți acest post, ar fi bine să vă pregătiți temeinic înainte, din punct de vedere psihic şi fizic ca să înlăturați teama, unul din cele mai mari obstacole.

În continuare voi prezenta contractul de colaborare, o parte din analizele efectuate, iar în anexă şi câteva poze făcute în perioada postului şi la aproape 3 luni după terminarea experimentului.

Ştiința s-a impus în lumea contemporană datorită probelor materiale dovedite cu repetabilitate. De aceea, din 15 ianuarie 1997 am ținut din nou un post de 40 de zile, de data aceasta înjumătățind apa distilată cu sucuri. Pe 24 februarie 1997 am făcut analizele la Spitalul Universitar Bucureşti. Rezultatele sunt prezentate la sfârşitul capitolului. Concluziile se desprind de la sine.

Contrat de colaborare

la realizarea temei de cercetare intitulată

"Reacții psihofiziologice ale organismului uman în timpul repaosului alimentar pe durata de 40 de zile"

Prezentul contract s-a încheiat între:

Institutul de Medicină Sportivă - Bucureşto, reprezentat prin domnul director, profesor univeritar doctor Ioan Drăgan;

Harbădă Ovidiu-Laurențiu, cercetător ştiințific, calitate autentificată prin legitimația de serviciu nr. 94 de la I.N.C.E., anexată în copie xerox la contract (anexa nr. 1).

Obligații şi drepturi ce revin părților angajate în realizarea contractului.

Subsemnatul Harbădă Ovidiu Laurențiu, de profesie cercetător ştiințific, domiciliat în Bucureşti, str. Cutezătorilor nr. 2A, bl. A15, ap. 15, sector 3, de bună voie şi nesilit de nimeni, am hotărât pe răspundere proprie să țin repaos alimentar timp de 40 de zile începând cu data de 11 ianuarie 1996, consumând în acest timp numai 2 litri de apă distilată pe zi.

În această perioadă de 40 de zile, cât şi în următoarele 20 de zile mă oblig să vin la Institutul de Medicină Sportivă - Bucureşti şi să mă supun mai multor serii de analize, hotărâte de comun acord cu cercetătorii institutului, după un program stabilit în prealabil şi care se află anexat la prezentul contract (anexa nr. 2).

Institutul de Medicină Sportivă - Bucureşti, reprezentat prin domnul director, profesor universitar doctor Ioan Drăgan, se obligă să efectueze analizele medicale specificate în anexa nr. 2, conform graficului stabilit, cu respectarea normelor medicale în vigoare, şi să pună la dispoziția domului Harbădă Ovidiu-Laurențiu rezultatele

analizelor efectuate de aceasta, prin documente oficiale (tip buletin de analize), autentificate prin semnătura unei persoane autorizate, precum şi concluziile finale desprinse în urma încheierii temei de cercetare care face obiectul prezentului contract.

Având în vedere particularitatea studiului, eventualele modificări în datele experimentului vor fi consemnate în concluziile finale ale cercetării.

Ambele părți ale prezentului contract, Institutul de Medicină Sportivă - Bucureşti şi Harbădă Ovidiu-Laurențiu, au drepturi depline de proprietate şi de utilizare a rezultatelor analizelor efectuate, cât şi a concluziilor ce se vor desprinde în urma efecetuării temei de cercetare mai sus menționate.

Contractul a fost întocmit în două exemplare, azi, 18.12.1995, fiecare participant primin câte un exemplare.

Din partea Institutului de Medicină Sportivă - Bucureşti, reprezentant în acest contract este doamna doctor Anca Rosetti, şefa laboratorului de cercetare.

Institutul de Medicină Sportivă - Bucureşti,

director,

profesor universitar doctor Ioan Drăgan

cercetător ştiințific,

Harbădă Ovidiu-Laurențiu.